



10,91 km - 1 uur 49  
Brunssummerheide



Natuurmonumenten

# Trailrun Brunssummerheide

Leef je tijdens het hardlopen van de typisch Limburgse hoogteverschillen en geniet onderweg van de uitzichten op deze route.

Let op: de trailrun is niet gemarkeerd.

## Over het natuurgebied

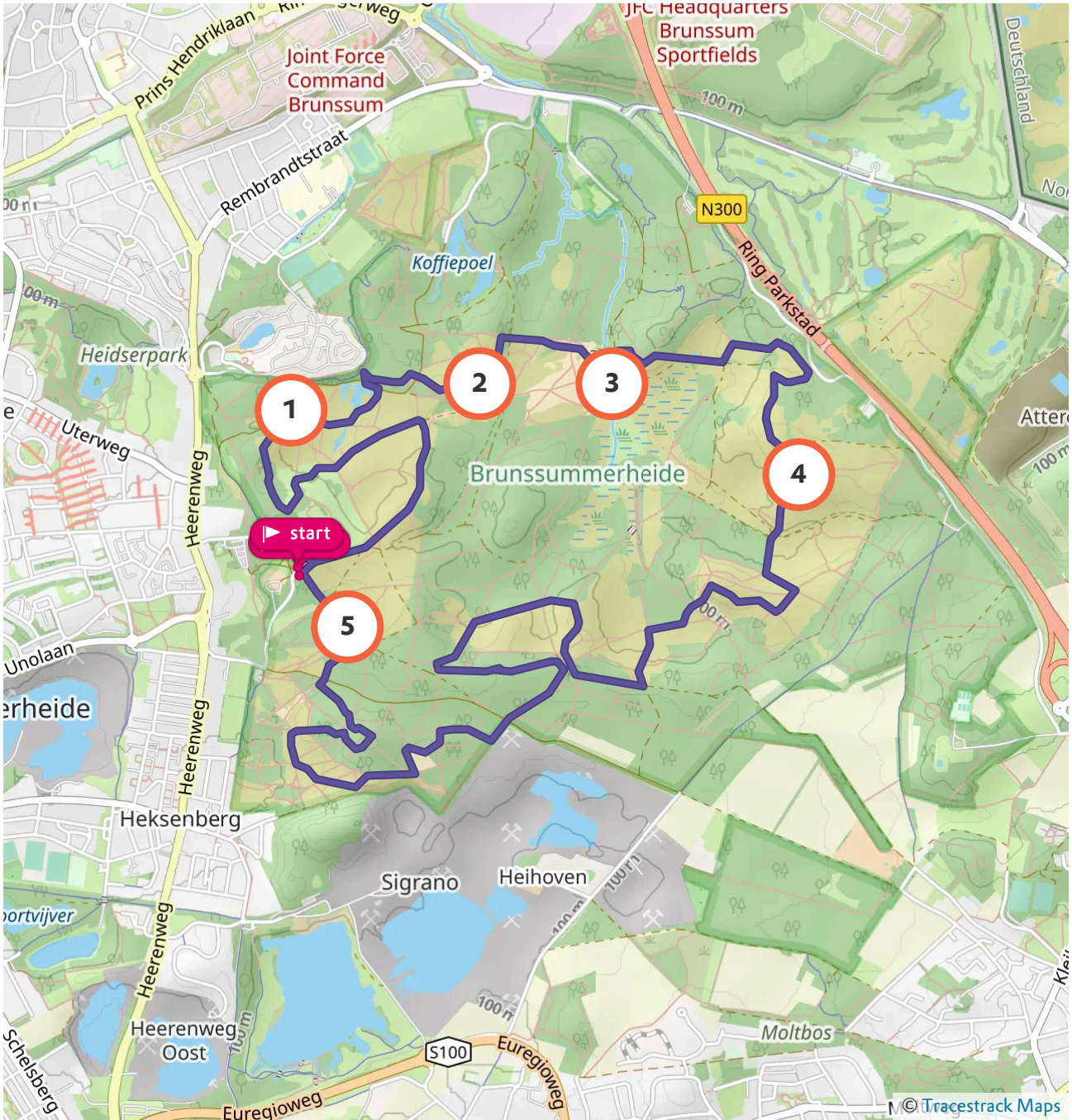
De Brunssummerheide ligt ingeklemd tussen de gemeenten van Parkstad Limburg en Duitsland. Het is een heuvelachtig heide- en veengebied dat deels bebost is. Zelfs op de hoog gelegen open vlaktes verdwijnt Parkstad Limburg geheel achter een groene band van bomen. Midden op de Brunssummerheide ligt een zandvlakte, de lager gelegen delen vormen een beekdal dat uit veen bestaat. De route van deze trailrun maakt slim gebruik van de hoogteverschillen. Bijna tien keer moet flink aangezet worden bij het beklimmen van een heuvel, waaronder de 138,2 meter hoge Heksenberg.

## Waar kun je starten

### Restaurant Schrieversheide



Schaapskooiweg 99,  
6414 EL Heerlen (LB)





## 1 Forse heuvel



De route voert na een klim van anderhalf kilometer over een forse heuvel heen. Als extra heuveltraining kun je deze heuvel op en af rennen.



## 2 Verborgene single-track

Hier begint een mooi stukje verborgen single-track richting de open zandvlakte. De route loopt daarna vlak langs de zandvlakte.



## 3 Beekdal



Hier ben je afgedaald tot een beekdal. Dit beekdal vangt regenwater op dat van de hoge delen naar beneden stroomt. Rond het meer ligt een drassig veengebied met bijbehorende vegetatie. Klim vervolgens omhoog verder het gebied in.



## 4 Hoogtemeters maken

Op dit punt heb je de meeste wandelaars achtergelaten. De stad is verdwenen achter de bomen. Hier loop je over kale hoogvlaktes en heb je kans de kudde Schoonebeeker-schapen tegen te komen. Heuvels en dalen volgen elkaar in rap tempo op om zoveel mogelijk hoogtemeters te maken.



## 5 Eindpunt



Je nadert het eindpunt. Nog even een versnelling over de hei en dan rustig uitlopen onder de bomen, richting het bezoekerscentrum. We zijn benieuwd wat je van de route vond!

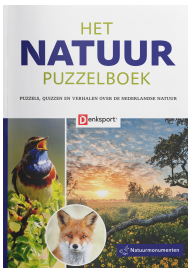
---



## Word nu ook lid

Sluit je net als 968.000 anderen aan bij Natuurmonumenten. Je beschermt niet alleen de natuur in Nederland, maar je ontvangt ook een welkomstpakket en alle ledenvoordelen.

[nm.nl/de-natuur-in/word-lid](https://nm.nl/de-natuur-in/word-lid)



## Nieuw: Het Natuur Puzzelboek

Het Natuur Puzzelboek: een boek van 160 pagina's vol puzzels, verhalen en weetjes over de natuur in Nederland. Leuk om zelf mee aan de slag te gaan of om cadeau te geven. Je bestelt 'm op

[nm.nl/puzzelboek](https://nm.nl/puzzelboek)