

Serie 1				
10 KM Läufe				
Jahr	Männer		Frauen	
2025	Florian	Schneider	Caroline	Lietz
2024	Jonathan	Seitz	Jasmin	Brammert
2023	Simon	Ireland	Jasmin	Brammert
2022	Marcel	Robin	Kristina	Graumann
2019	Henry	Brauns	Silke	Rösener
2018	Henry	Brauns	Silke	Rösener
2017	Oliver	Neidiger	Yvonne	Zierenberg
2016	Alexander	Schröder	Yvonne	Zierenberg
2015	Alexander	Schröder	Sarah	Kalinski
2014	Alexander	Schröder	Sarah	Hesse
2013	Alexander	Schröder	Sarah	Hesse
2012	Alexander	Schröder	Sarah	Hesse
2011	Sascha	Krietenstein	Anke	Kemmener
2010	Achim	Hagemeyer	Anke	Kemmener
2009	Achim	Hagemeyer	Silke	Rösener
2008	Achim	Hagemeyer	Monika	Marscheider
2007	Philipp	Brouwer	Silke	Rösener
2006	Achim	Hagemeyer	Silke	Rösener
2005	Achim	Hagemeyer	Monika	Marscheider
2004	Achim	Hagemeyer	Anke	Kemmener
2003	Achim	Hagemeyer	Anke	Kemmener
2002	Jacob	Janzen	Anke	Kemmener
2001	Jacob	Janzen	Christina	Korekki
2000	Reinhard	Hüls	Anke	Pieper
1999	Achim	Hagemeyer	Anke	Pieper
1998	Achim	Hagemeyer	Anke	Pieper
1997	Achim	Hagemeyer	Anke	Pieper
1996	Achim	Hagemeyer	Anke	Pieper
1995	Achim	Hagemeyer	Anke	Pieper
1994	Stefan	Thoms	Anke	Pieper
1993	Achim	Hagemeyer	Christa	Heiermann
1992	Björn	Grass	Caron	Connolly
1991	Achim	Hagemeyer	Dorothee	Vosen

Serie 2		20 KM Läufe		
Jahr	Männer		Frauen	
2025	Christoph	Bethke	Charlene	Warnhoff
2024	Christoph	Bethke	Elisa	Schröder
2023	Christoph	Bethke	Petra	Schäfer
2022	Christoph	Bethke	Katja	Schwarze
2019	Stephan	Bretthauer	Sandra	Weise
2018	Jan	Isendahl	Sandra	Weise
2017	Stephan	Bretthauer	Ariane	Kirmiss
2016	Stephan	Bretthauer	Sandra	Weise
2015	Michael	Schirrmacher	Sandra	Weise
2014	Michael	Schirrmacher	Silke	Rösener
2013	Michael	Schirrmacher	Silke	Rösener
2012	Michael	Schirrmacher	Sandra	Weise
2011	Michael	Schirrmacher	Silke	Rösener
2010	Michael	Schirrmacher	Silke	Rösener
2009	Sebastian	Kalinski	Larissa	Bergtold
2008	Michael	Schirrmacher	Sandra	Weise
2007	Michael	Schirrmacher	Sandra	Weise
2006	Jan	Striewski	Silvia	Trdic
2005	Bernd	Nedderhoff	Silke	Rösener
2004	Ralf	Aumann	Silke	Rüter
2003	Ralf	Aumann	Sandra	Weise
2002	Thorsten	Seemann	Veronika	Zimmermann
2001	Achim	Hagemeyer	Sandra	Weise
2000	Achim	Hagemeyer	Sandra	Weise
1999	Rene	Marten	Caron	Connolly
1998	Dirk	Kemmener	Gabi	Reiners
1997	Rene	Marten	Caron	Connolly
1996	Jürgen	Haase	Caron	Connolly
1995	Bernd	Kuhlmann	Veronika	Zimmermann
1994	Wolfgang	Vehlewald	Dorothee	Vosen
1993	Dieter	Hohmeier	Caron	Connolly
1992	Frank	Niederführ	Ilona	Wiele
1991	Mark	Eeles	Caron	Connolly

Serie 3				
5 KM Läufe				
Jahr	Männer		Frauen	
2025	Jonathan	Seitz	Reikja	Krause
2024	Jonas	Kaufmann	Isa	Häkkinen
2023	Yannik	Arndt	Sabrina	Korsen
2022	Yannik	Arndt	Sabrina	Korsen
2019	Sebastian	Maschmeyer	Lisa	Holm
2018	Philipp	Peixoto Gonzalez	Lea	Weike
2017	Philipp	Peixoto Gonzalez	Milena	Redecker
2016	Sebastian	Maschmeyer	Henrike	Traue
2015	Ruben	Lüker	Lea + Nele	Weike
2014	Sebastian	Maschmeyer	Lea + Nele	Weike
2013	Bernd	Nedderhoff	Lea + Nele	Weike
2012	Jan Wilhelm	Diekmann	Nele	Bredenkötter
2011	XXX	XXX	XXX	XXX
2010	XXX	XXX	XXX	XXX
2009	XXX	XXX	XXX	XXX
2008	XXX	XXX	XXX	XXX
2007	XXX	XXX	XXX	XXX
2006	XXX	XXX	XXX	XXX
2005	XXX	XXX	XXX	XXX
2004	XXX	XXX	XXX	XXX
2003	XXX	XXX	XXX	XXX
2002	XXX	XXX	XXX	XXX
2001	XXX	XXX	XXX	XXX
2000	XXX	XXX	XXX	XXX
1999	XXX	XXX	XXX	XXX
1998	XXX	XXX	XXX	XXX
1997	XXX	XXX	XXX	XXX
1996	XXX	XXX	XXX	XXX
1995	XXX	XXX	XXX	XXX
1994	XXX	XXX	XXX	XXX
1993	XXX	XXX	XXX	XXX
1992	XXX	XXX	XXX	XXX
1991	XXX	XXX	XXX	XXX