

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