

Liste der Sieger

Jahr	10 km Männer			5 km Männer		
	Zeit	Läufer	Verein	Zeit	Läufer	Verein
1990	31:24	Rüdiger Kruse	TuS Sythen	17:44	Gunnar Lucas	TVE Greven
1991	33:49	Michael Brüning	SG Elte	16:12	Werner Peters	ESV Münster
1992	32:42	Michael Brüning	SG Elte	16:38	Christian Kranz	TB Burgsteinfurt
1993	32:44	Michael Brüning	SG Elte	17:10	Axel Timpe	Concordia Emsbüren
1994	31:44	Michael Brüning	SG Elte	16:21	Christian Kranz	TB Burgsteinfurt
1995	31:49	Ulrich Christmann	LAG Gütersloh	16:34	Felix Lefering	TB Burgsteinfurt
1996	32:48	Klaus Eckstein	LC Nordhorn	16:54	Markus Nakielski	DELTA-Studio Ahlen
1997	32:55	Matthias Strotmann	SV Holte	16:48	Felix Lefering	TB Burgsteinfurt
1998	31:33	Matthias Strotmann	SV Holte	16:27	Thomas Möllers	LT Legden
1999	34:15	Jürgen Meymann	Grün-Weiß Steinbeck	16:49	Andreas Tegen	LT Legden
2000	33:49	Thomas Böckerholt	ESV Münster	17:06	Patrick Windoffer	SV Teuto Riesenbeck
2001	31:27	Stefan Koch	TB Burgsteinfurt	16:28	Pascal Hille	TB Burgsteinfurt
2002	31:30	Stefan Koch	TV Burgsteinfurt	16:36	Thomas Möllers	LT Legden
2003	33:16	Thorben Grothaus	SV Teuto Riesenbeck	16:25	Thomas Otting	Concordia Emsbüren
2004	34:11	Patrick Windoffer	SV Teuto Riesenbeck	16:23	Björn Möller	TV Mettingen
2005	Ausfall - Schnee			Ausfall - Schnee		
2006	33:34	Ben Erlei	SV Teuto Riesenbeck	16:36	Axel Keil	SC Melle 04
2007	33:31	Thomas Otting	SV Concordia Emsbüren	17:01	Björn Möller	TV Mettingen
2008	32:56	Thomas Otting	SV Concordia Emsbüren	16:04	Axel Keil	SC Melle 03
2009	33:37	Thomas Otting	SV Concordia Emsbüren	16:16	Pascal Hille	ESV Münster
2010	34:39	Stefan Günnigmann	SC Falke Saerbeck	16:56	Christian Lau	Emsstern Rheine
2011	35:52	Peter Weiß	Lauftreff Lüdinghausen	16:59	Stefan Günnigmann	SC Falke Saerbeck
2012	34:06	Ingo Assmann	SC Melle 03	16:46	Patrick Windoffer	SV Teuto Riesenbeck
2013	34:55	Andreas Pott	SV Teuto Riesenbeck	16:49	Timo Gottwald	SV Teuto Riesenbeck
2014	32:32	Gerold Hartger	LC Nordhorn	15:57	Philipp Beckmann	LSF Münster
2015	34:24	Thomas Otting	SV Concordia Emsbüren	15:47	Luca Heerdt	LSF Münster
2016	34:17	Thomas Otting	SV Concordia Emsbüren	15:29	Luca Heerdt	LSF Münster
2017	32:20	Linus Vennemann	LG Osnabrück	16:41	Sebastian Niehues	VfL Kamen

Liste der Siegerinnen

Jahr	10 km Frauen			5 km Frauen		
	Zeit	Läuferin	Verein	Zeit	Läuferin	Verein
1990	38:21	Irmgard Fresenborg	TV Mesum	20:43	Nicole Wilmes	TV Mesum
1991	39:23	Irmgard Fresenborg	TV Mesum	21:10	Inga Lucas	TVE Greven
1992	38:48	Rita Lanwer	LG Ratio Münster	20:00	Martina Stienemann	ESV Münster
1993	38:33	Irmgard Fresenborg	TV Mesum	17:18	Cornelia Ciesla	TuS Solbad Ravensberg
1994	40:25	Martina Stienemann	TV Mesum	20:10	Lynn Akamp	TV Jahn Rheine
1995	38:39	Irmgard Fresenborg	TV Mesum	20:58	Angelika Zimmermann	LG Haltern
1996	36:44	Michaela Möller	SV Holte	22:06	Silke Köhler	LG Ahlen
1997	39:49	Martina Stienemann	TV Mesum	19:55	Henrike Korte	TC Westfalia Rheine
1998	39:12	Petra Schmiemann	ESV Münster	21:11	Katrin Leewe	LAV Rheine
1999	37:38	Isabelle Heusinkveld	Westervoort	20:58	Jana Siekmann	SC Herford
2000	42:10	Bernadette Kösters	DJK SC Altenrheine	18:49	Astrid Kwiatkowski	Post SV Osnabrück
2001	42:01	Elke Vedder	SV Germania Twist	19:48	Kirsten Grothaus	SV Teuto Riesenbeck
2002	41:03	Elke Vedder	SV Germania Twist	20:44	Karla Steinkuhler	TB Burgsteinfurt
2003	37:24	Daniela Hungermann	Marathon Ibbenbüren	22:22	Cornelia Brüggem	TriRun Ibbenbüren
2004	41:31	Elke Vedder	SV Germania Twist	21:00	Nele Hemsing	SC Falke Saerbeck
2005	Ausfall - Schnee			Ausfall - Schnee		
2006	41:10	Sandra Lüring	Marathon Steinfurt	21:31	Irene Leferink	TriRun Ibbenbüren
2007	37:25	Cornelia Schwennen	SV Concordia Emsbüren	20:11	Cornelia Krüer	SV Teuto Riesenbeck
2008	41:13	Sandra Lüring	Marathon Steinfurt	19:40	Magdalena Mayerhoffer	LSF Münster
2009	38:10	Frederike Staeten	LG Ratio Münster	18:37	Sandra Lüring	Marathon Steinfurt
2010	41:44	Ricarda Krömer	SC Spelle-Venhaus	21:49	Sybille Stein	LSF Münster
2011	41:03	Melanie Aufferberg	SC Altenrheine	18:05	Sandra Lüring	ESV Münster
2012	43:44	Eva Schönefeld	LSF Münster	19:15	Pauline Meyer	TV Epe
2013	37:30	Sandra Lüring	LG Ration Münster	18:21	Frederike Anne Straeten	LG Ratio Münster
2014	44:38	Delia Krell-Witte	LSF Münster	19:31	Carolin Hauck	LSF Münster
2015	39:56	Kerstin Schulze Kalthoff	LG Rosendahl	20:14	Eva Tingelhoff	LSF Münster
2016	41:15	Kira Konermann	DJK Arminia Ibbenbüren	18:06	Sandra Lehmkühl	LSF Münster
2017	39:14	Saskia Schmiemann	SV Teuto Riesenbeck	20:14	Sarah Ohmscheiper	LG Rheine-Elte