

# Streckenrekorde

<b>10 km Männer</b>				
	<b>Zeit</b>	<b>Läufer</b>	<b>Verein</b>	<b>Jahr</b>
<b>1.</b>	<b>31:24</b>	<b>Rüdiger Kruse</b>	<b>TuS Sythen</b>	<b>1990</b>
2.	31:27	Stefan Koch	TB Burgsteinfurt	2001
3.	31:30	Stefan Koch	TV Burgsteinfurt	2002

<b>5 km Männer</b>				
	<b>Zeit</b>	<b>Läufer</b>	<b>Verein</b>	<b>Jahr</b>
<b>1.</b>	<b>15:29</b>	<b>Luca Heerdt</b>	<b>LSF Münster</b>	<b>2016</b>
2.	15:47	Luca Heerdt	LSF Münster	2015
3.	15:57	Philipp Beckmann	LSF Münster	2014

<b>10 km Frauen</b>				
	<b>Zeit</b>	<b>Läuferin</b>	<b>Verein</b>	<b>Jahr</b>
<b>1.</b>	<b>36:04</b>	<b>Johanna Schönherr</b>	<b>Running Crew Münster</b>	<b>2022</b>
2.	36:44	Michaela Möller	SV Holte	1996
3.	37:24	Daniela Hungermann	Marathon Ibbenbüren	2003

<b>5 km Frauen</b>				
	<b>Zeit</b>	<b>Läuferin</b>	<b>Verein</b>	<b>Jahr</b>
<b>1.</b>	<b>17:18</b>	<b>Cornelia Ciesla</b>	<b>TuS Solbad Ravensberg</b>	<b>1993</b>
2.	18:05	Sandra Lüring	ESV Münster	2011
3.	18:21	Frederike A. Straeten	LG Ratio Münster	2013