

3,3 Meilen		6 Meilen		10 Meilen	
1995		1995		2004	
Stefan Blasche	16:56	Jürgen Budtke	31:52	Siegmar Reinert	1:01:24
TuS Arloff-Kirspenich		TuS Arloff-Kirspenich		LC Euskirchen	
Nina Rengers	21:45	Beate Klinkhammer	40:10	Bettina Peter	1:17:50
LAV Bad Godesberg		LC Euskirchen		PSV Remagen	
1996		1996		2005	
Stefan Blasche	17:28	Uwe Pelzer	30:24	Frank Apfelbaum	1:01:02
TuS Arloff-Kirspenich		LG Düsseldorf		Meckenheim	
Christel Wiskirchen	24:43	Birgit Rau	37:17	Hiltrud Trippe	1:14:39
TuS Arloff-Kirspenich		TV Scheven		SV 47 Mutscheid	
1997		1997		2006	
Stefan Blasche	17:49	Michael Schürig	32:04	Brahim Chalgoum	56:36
TuS Arloff-Kirspenich		LC Weilerswist		LG Laacher See	
Beate Klinkhammer	21:42	Birgit Rau	34:33	Britt Götte	1:07:07
LC Euskirchen		TV Scheven		SSG Königswinter	
1998		1998		2007	
Stefan Blasche	17:50	Michael Schürig	32:11	Brahim Chalgoum	
TuS Arloff Kirspenich		TuS Arloff-Kirspenich		LG Laacher See	
Sarah Waelde	21:03	Birgit Rau	34:25	Petra Bertling	57:40
PSV Bonn		LC Euskirchen		DLRG TV Rheinbach	
1999		1999		2008	
Alan Chaney	21:15	Norbert Schneider	32:13	Frank Apfelbaum	
Wershoven		Marathon Team Köln		SSG Königswinter	
Simone Meyers	20:28	Birgit Rau	35:20	Sigrid Zündorf	59:22
SG Triathlon Prüm		LC Euskirchen		o.V.	
2000		2000		2009	
Winfried Schnichels	18:09	Siegmar Reinert	31:23	Norbert Schneider	58:55
LG Eifel Runners		LC Euskirchen		TuS Mechernich 1897	
Claudia Welscher	19:37	Birgit Rau	34:38	Thurid Buch	1:05:15
LT Ennert		LC Euskirchen		Alfterer SC	
2001		2001		2010	
Norbert Schneider	17:49	Brahim Chalgoum	30:57	Frank Apfelbaum	58:35
LG Eifel Runners		LG Laacher See		SSG Königswinter	
Tanja Pesch	21:07	Birgit Rau	34:52	Thurid Buch	1:05:34
Aachener TG		LC Euskirchen		Alfterer SC	
2002		2002		2011	
Norbert Schneider	17:53	Jochen Kümpel	32:00	Norbert Schneider	59:41
LG Eifel Runners		SV Blau-Gelb Dernau		TV Scheven	
Karin Simon	22:35	Susanne Ritter	32:48	Asteria Wagner	1:11:16
SSF Bonn		LG Bonn/Troisdorf		SSG Königswinter	
2003		2003		2012	
Sebastian Müller	18:21	Norbert Schneider	32:14	Norbert Schneider	59:33
TuS Kreuzw.- Rheder		LG Eifel Runners		TV Scheven	
Tanja Pesch	21:04	Birgit Rau	35:10	Annette Frings	1:13:11
Aachener TG		LC Euskirchen		Selbstläufer Altenahr	
2004		2004		2013	
Sebastian Müller	18:32	Norbert Schneider	32:10	Julien Jeandree	59:04
TuS Kreuzw.- Rheder		LG Eifel Runners		Sportpartner Running T.	
Kirsten Fontes	21:24	Bettina Peter	41:30	Adele Blaise-Sohnius	1:07:01
TuS Köln		PSV Remagen		Lg Donatus Erftstadt	
2005		2005		2014	
Alex Schmitt	19:51	Johannes Gatzweiler	31:28	Marco Müller	59:15
RC Staubwolke Quadrath		LAZ Puma Troisdorf		DATANET GmbH	

Claudia Welscher Lt Ennert Bonn	21:36	Petra Maak TSV Bayer Dormagen	36:04	Astèria Wagner o.V.	1:09:30
2006		2006		2015	
Norbert Schneider TUS Mechernich	18:08	Johannes Gatzweiler LAZ Puma Troisdorf	31:36	Dominik Fabianowski ASV Köln	54:06
Annette Weiss Siegburger TV	18:47	Sandra Peters Aachener TG	43:06	Marlen Günther LAZ Rhein-Sieg	1:05:11
2007		2007		2016	
Norbert Schneider TUS Mechernich	17:41	Johannes Gatzweiler LAZ Puma Troisdorf	31:47	Dominik Fabianowski ASV Köln	52:53
Annette Weiss LG Bonn/Troisdorf	19:44	Ulla Gatzweiler ASV Köln	35:52	Martina Schwanke LG Donatus Erfstadt	1:09:36
2008		2008		2017	
Bernd Hahn SSF Bonn	16:48	Johannes Gatzweiler LAZ Puma Troisdorf	30:53	Simon Schwarz Benny Bommel MTB Tours	56:28
Katharina Malter SSF Bonn Triathlon	21:25	Ulla Gatzweiler ASV Köln	35:41	Adele Blaise-Sohnius LAZ Puma Rhein-Sieg	1:05:40
2009		2009		2018	
Thomas Westerhausen LG Bonn/Troisdorf	17:45	Hannes Patzke Running Team Hahn	30:34	Simon Schwarz Benny Bommel MTB Tours	58:09
Katharina Malter SSF Bonn Triathlon	19:57	Ulla Gatzweiler ASV Köln	36:58	Susanne Hahn LG Meckenheim	1:03:57
2010		2010		2019	
Nico Wischnewski LC Euskirchen	18:09	Christian Gemke LAZ Puma Troisdorf	31:05	Björn Glasner SV Blau-Gelb Dernau	1:07:26
Katja Rabe Team Dolorgiet	19:13	Birgit Lennartz LLG Sankt Augustin	40:33	Sabine Duck FSV Düsseldorf	1:08:50
2011		2011			
Simon Schickert ASV Köln	18:11	Werner Bergmann LAZ Puma Troisdorf	33:31		
Katharina Malter SSF Bonn	20:22	Ronja Jaeger ASV Köln	36:41		
2012		2012			
Simon Schickert ASV Köln	18:06	Andreas Winterholler Hase und Igel	30:34		
Majtie Kolberg Tri-Kids TuS Ahrweiler	20:26	Alexandra Franzen LC Euskirchen	41:14		
2013		2013			
Fabian Michaelis ASV Wesseling 1985 e.V.	18:38	Maximilian Janke WSV Oberhof	35:28		
Jara Brandenburg SSF Bonn Triathlon	21:17	Birgit Rau LC Euskirchen	38:19		
2014		2014			
Lars Schneider SV 47 Mutscheid	17:52	Marco Müller DATANET GmbH	32:01		
Sabine Korz LAZ Puma Rhein-Sieg	21:52	Susanne Hahn SOS-Kinderdörfer	32:38		
2015		2015			
Marvin Zyciora LG Kreis Ahrweiler	17:19	Maciek Miereczkd VFB Erfstadt	30:15		
Katharina Malter SSF Bonn	19:48	Franzi Maschke LAZ Puma Rhein-Sieg	36:24		

2016

Niklas Gutsche 17:47
LG Meckenheim

Svenja Michaelis 21:18
PSV Brühl Triathlon

2017

Lars Schneider 18:01
LC Euskirchen

Majtie Kolberg 20:17
Triathlon TuS Ahrweiler

2018

Lars Schneider 17:49
LC Euskirchen

Ella Heß 19:02
Triathlon TuS Ahrweiler

2019

Fabian Michaelis 18:11
Dextro Energy Sport Team

Susanne Hahn 18:29
LG Meckenheim

2016

Marco Müller 30:44
LC Euskirchen

Susanne Hahn 36:11
SOS Kinderdörfer

2017

Siegfried Krischer 30:44
TuS Bayer 04 Leverkusen

Susanne Hahn 34:58
SOS Kinderdörfer

2018

Jonas Götte 30:01
LG Eintracht Frankfurt

Majtie Kolberg 38:36
Triathlon TuS Ahrweiler

2019

Jonas Götte 29:53
LG Eintracht Frankfurt

Majtie Kolberg 36:58
Triathlon TuS Ahrweiler