

Sieger weiblich Hauptlauf

	2011	2012 (10km)	2013	2014	2015	2016
Schüler						
Verein						
Zeit						
Jugend	Carolin Althaus					
Verein	SV Neptun Kiel					
Zeit	0:50.35					
Jugend A						
Verein						
Zeit						
Frauen	Beeke Jandt	Stefanie Zietan	Natalie Jachmann	Natalie Jachmann	Natalie Jachmann	Maya Rehberg
Verein	ACO Severin Ahlmann	SG Athletico Büdelsdorf	LG Flensburg	LG Flensburg	LG Flensburg	TOYOTA Auto Centrum Lass
Zeit	0:56.24	0:41.41	0:44.58	0:43.40	0:42.30	0:42.42
W30	Kristin Göhl	Ilka Jandt	Beeke Jandt	Christina Suhr	Inken Johannsen	Maïke Dettlefs
Verein	MARE Health Club & Spa	ACO Severin Ahlmann	SG Athletico Büdelsdorf	ACO Severin Ahlmann	STV Sörup	SG Athletico Büdelsdorf
Zeit	0:55.57	0:53.31	0:50.25	1:09.01	0:57.46	0:55.57
W35	Patricia Bade	Nina Landsberger	Maike Duggen	Anke Tiedemann	Anne Buczek	Claudia Semke
Verein	SV Holtsee	USC Kiel	Rendsburg	LTV Kiel Ost	Flensburg	Spiridon-Club Bad Oldesloe
Zeit	0:54.13	0:44.47	0:56.48	0:42.33	0:59.18	0:55.00
W40	Ute Jungjohann	Cornelia Gerhardy	Ulrike Bähr	Gaby Kolkmann	Birgit Rohwer	Birgit Rohwer
Verein	1. Flensburger Lauftreff	mobilcom-debitel-team	USC Kiel	Bünsdorf	Welt in Schwung Halter	Welt in Schwung Halter
Zeit	0:52.34	0:49.33	0:50.46	0:52.20	0:51.49	0:52.24
W45	Gunda Nielsen	Marlies Witte	Dr. Tanja Röwer	Kathrin Kärtner	Ulrike Bähr	Wiebke Rottschäfer
Verein	TSV Glücksburg 09	Welt in Schwung Halter	MTV Leck	STV Sörup	USC Kiel	STV Sörup
Zeit	0:46.23	0:47.14	0:50.52	0:55.45	0:54.03	0:53.58
W50	Heike Kaack	Ulrike Herzog-Appel	Gunda Nielsen	Gunda Nielsen	Gunda Nielsen	Heilwig Hinrichs
Verein	SG Athletico Büdelsdorf	Eckernförder MTV	LG Flensburg	LG Flensburg	LG Flensburg	LTV Kiel Ost
Zeit	0:50.41	0:52.05	0:49.28	0:48.32	0:49.34	0:58.51
W55	Margit Bartsch	Christa Lohse	Monika Schulze	Monika Schulze	Heike Kaack	Heike Kaack
Verein	SG Athletico Büdelsdorf	Neumünster	TSV Ladelund	TSV Ladelund	SG Athletico Büdelsdorf	SG Athletico Büdelsdorf
Zeit	0:51.19	0:51.13	0:53.27	0:53.06	0:55.24	0:56.18
W60	Elke Thomsen			Margit Bartsch	Anke Timme	Monika Schulze
Verein	Spiridon Schleswig			SG Athletico Büdelsdorf	TSV Fehrdorf	TSV Ladelund
Zeit	0:56.00			0:51.46	1:10.11	0:55.43
W65		Helga Tollknäpper	Elke Thomsen	Elke Thomsen	Kathrin Kärtner	
Verein		Borener SV	Spiridon Schleswig	Spiridon Schleswig	STV Sörup	
Zeit		1:04.16	0:57.32	0:57.10	0:57.06	
W70		Karin Fuhr	Renate Horst	Renate Horst	Renate Horst	Regine Schultz
Verein		BSV Rot Gelb HH	Eckernförder MTV	Eckernförder MTV	Eckernförder MTV	LG Albatros Kiel
Zeit		0:59.11	1:05.40	1:07.55	1:15.15	
W75						
Verein						
Zeit						

Die Gesamtsieger der jeweiligen Jahre sind Fett gedruckt. Der Gesamtstreckenrekord ist mit einem Rahmen versehen.

Die Altersrekorde sind Kursiv und unterstrichen.

Rekorde werden erst seit dem 2. Eiderlauf geführt, weil der 1. Lauf eine andere Streckenführung hatte.

2012 wurden nur 10km gelaufen