

Ihren ersten AK-Sieg in der W45 konnte Silke Niehues am letzten Samstag beim Cross- und Waldlauf des TuS Sythen (Haltern) feiern. Auf der Langdistanz über 8km erreichte sie nach 34:49 Minuten als dritte Frau gesamt das Ziel. Leider wird der Lauf in dieser Form wohl zum letzten Mal stattgefunden haben.

Weitere Infos: [Veranstalterhomepage](#) | [Ergebnisse/Fotos](#)