

8,2km/ HD 387m

**Männer**

1. Sammy Schu 32:02
  2. Martin Schedler 33:02
  3. Thierry Hubsch 33:10
  4. Christian Quinten 33:56
  5. Carsten Herrmann 34:02
  6. Dominik Sandmeier 35:39
  7. Christian Zimmer 35:45
  8. Alwin Nolles 36:06
- (72 Läufer im Ziel)

**Frauen**

1. Heike Brücker-Boghossian 40:39
  2. Sandra Naudorf 40:45
  3. Sybille Becker.Öhm 44:28
  4. Petra Christ 46:00
  5. Gisela Thome 46:17
  6. Beate Ufer 46:25
  7. Winifred Borchert 46:26
  8. Daniela Motsch 46:44
- (29 Läuferinnen im Ziel)