

**4,5 km/ HD 260 m**

**Männer:**

1. Andreas Schwarzer (SV Oberkollbach) 19:25
  2. Viktor Luft (SV Rotfelden) 20:10
  3. Ronny Seifert (LT Furtwangen) 20:14
- (55 Läufer im Ziel)

**Frauen:**

1. Regina Vielmeier (SV Oberkollbach) 24:43
  2. Catherine Bayer-Klier (TSV Annweiler) 25:11
  3. Claudia Waidelich (SZ Calmbach) 25:34
- (14 Läuferinnen im Ziel)