

7,2 km/ HD 418 m:

**Männer:**

1. Stefan Hinze (LG DUV) 27:17
2. Matthias Hecktor (TuS Heltersberg) 27:38
3. Jonas Lehmann (TuS Heltersberg) 29:17
4. Klemens Bollinger (SV Nikar Heidelberg) 29:30
5. Philipp Eisel (TV Mussbach) 30:03
6. Marko Becker (TuS Heltersberg) 30:22

**Frauen:**

1. Eve Rauschenberg (ohne Verein) 33:52
2. Tanja Griesbaum (LG Rülzheim) 34:16
3. Sabine Kruse (Recklinghäuser LC) 34:51
4. Carina Weidler (TuS Heltersberg) 34:54
5. Jessica Kammerer (TuS Heltersberg) 35:33
6. Josefa Matheis (TSG Eisenberg) 35:51

(524 LäuferInnen im Ziel)