

10,1 km/ HD 564 m*

Männer:

1. Timo Zeiler (MTG Mannheim) 38:10
2. Benedikt Heil (LG ovag Friedberg-Fauerbach) 40:41
3. Steffen Denk (TV Hergershausen) 41:03
4. Stanislav Kubik (Kenyteam Kronberg) 41:25
5. Guido Simons (SSG Königswinter) 43:53
6. Ole Ipsen (SC Oberursel) 43:53
7. Björn Müller (SC Oberursel) 44:56
8. Christian Alles (Team Erdinger/ Salomon) 45:57

Frauen:

1. Sevim Haaß (SSC Hanau-Rodenbach) 51:09
2. Nora Jägemann (ASC Darmstadt) 51:23
3. Nora Berti (Kronberg) 52:30
4. Prisca Lepper-Schwarzer (RFC Oberstedten) 52:59
5. Danga Urnitza (MTV Kronberg) 55:38
6. Jennifer Sagert (TSG Oberursel) 57:24
7. Carolin Clauß (Frankfurt) 57:38
8. Andrea Schenck (Itol personaltraining.com) 58:01

(384 LäuferInnen im Ziel)

*falsche Streckenausschilderung, deshalb nur ca. 9,6 km/HD 564 m