

8,1 km/ HD 505 m

Männer:

1. Stefan Hinze (LG DUV) 31:42
2. Jonas Lehmann (TuS Heltersberg) 32:51
3. Klemens Bollinger (SV Nikar Heidelberg) 33:15
4. Christoph Furbach (Misereor) 33:38
5. Oliver Trauth (TV Herxheim) 34:07
6. Philipp Eisel (TV Mussbach) 34:34
7. Bernardon Ramon (LSC Athlon Kusel) 34:39
8. Tobias Wiesemann (Misereor) 34:52

Frauen:

1. Daniela Kenty (Team Exotenwald) 38:31
2. Tanja Grießbaum (LG Rülzheim) 39:09
3. Michaela Schedler (Team Salomon) 39:46
4. Marika Bernhard (TV Herxheim) 40:56
5. Dorothea Falkenstein (TV Maikammer) 41:09
6. Sabine Rankel (LC Bad Dürkheim) 41:58
7. Sonja Deiß (LC Bad Dürkheim) 42:14
8. Eva Katz (TV Hatzenbühl) 42:19

(681 LäuferInnen im Ziel)