

08. November Staffelberglauf Bad Staffelstein (Ger)

3,96 km/ HD 260 m

Männer:

1. Roland Wild (LG Bamberg) 16:36
 2. Kevin Karrer (LG Bamberg) 16:39
 3. Christian Witt (TV 1848 Coburg) 16:52
 4. Frank Elsner (SV Bergdorf-Höhn) 17:01
 5. Tom Heumann (SV Bergdorf-Höhn) 17:04
 6. Alexander Finsel (TV 1848 Coburg) 17:11
- (114 Läufer im Ziel)

Frauen:

1. Carmen Schlichting-Förtsch (SC Kemmern) 20:11
 2. Anke Hörthl (TV 1848 Coburg) 20:37
 3. Carmen Stichling (IfA Nonstop Bamberg) 21:12
 4. Anna Schmitt 21:39
 5. Liane Thiem (AF-Personal-Training) 21:49
 6. Vanessa Weber (SC Kemmern) 22:18
- (35 Läuferinnen im Ziel)