

5,3 km/HD 520 m

Männer:

1. Korbinian Schönberger (Team Salomon) 22:57
 2. Toni Lautenbacher (TSV Benediktbeuern) 23:53
 3. Andreas Schwarzer (SV Oberkollbach) 24:49
 4. Bodo Banischewski (MRRC München) 25:01
 5. Winfried Huber (SC Gaißach) 25:07
 6. Tobias Frühholz (SC Gaißach) 25:32
- (165 Läufer im Ziel)

Frauen:

1. Julia Lettl (Lettl Family Sports e.V.) 27:07
 2. Ivana Gancheva (LG Stadtwerke München) 29:13
 3. Christine Merker (Eibl Photovoltaik Team) 29:29
 4. Nada Balcarczyk (LG Würm Athletik) 31:01
 5. Steffi Tent (WSV Bad Tölz) 31:42
 6. Mechthilde Bauer (SC Gaißach) 31:51
- (48 Läuferinnen im Ziel)