

5,3 km/ HD 830 m**Männer:**

1. Michael Raelert (Rostock) 31:56
 2. Richard Obendorfer (Aut) 33:00
 3. Stefan Paternoster (LG Passau/ Team Salomon) 33:16
 4. Quirin Schmölz (LG Würm Athletik) 33:25
 5. Alexander Rieder (Aut) 34:10
 6. Joseph Katib (LG Erlangen) 34:18
 7. Sven Starklauf (DJK LC Vorra) 35:09
 8. Thomas Windisch (LG Stadtwerke München) 35:13
- (232 Läufer im Ziel)

Frauen:

1. Julia Lettl (Lettl Family Sports) 37:18
 2. Petra Gloggnner (Kreuth) 40:39
 3. Michelle Maier (PTSV Rosenheim) 41:44
 4. Ingrid Lettl (Lettl Family Sports) 45:52
 5. Angelika Allmann (München) 46:32
 6. Kornelia Hahn (Weilheim) 46:32
 7. Gerhild Kesper (Otterfing) 47:14
 8. Maike Lorenz (ASC München) 47:20
- (48 Läuferinnen im Ziel)