Zeit	Lauf	Altersklassen	Länge	Strecke	Wertungen	
					Einzel	Mannschaft
11:00	1	WU18-W80 MU18-M85	2820 m	3x blau	Alle AKs	WU18-W W30-W80 MU18-M M30-M85
11:30	2	WU14	1540 m	1x grün + 1x blau	W12/W13	WU14
11:45	3	MU14	1540 m	1x grün + 1x blau	M12/M13	MU14
12:00	4	WU10	1200 m	2x grün	W8/W9	WU10
12:15	5	MU10	1200 m	2x grün	M8/M9	MU10
12:30	6	WU12	1200 m	2x grün	W10/W11	WU12
12:45	7	MU12	1200 m	2x grün	M10/M11	MU12
13:00	8	WU16 MU16	2400 m	4x grün	W14/W15 M14/M15	WU16 MU16
13:30	9	W-W80 M-M85	5300 m	1x grün + 5x blau	Alle AKs	W-W80 M-M85

Änderungen vorbehalten