

| Platz | Nr | Läufer | Verein | Gesamtzeit | GP |
|-------------|-----|----------------------|-----------------------------|------------|----|
| W 13 | | | | | |
| 1 | 601 | Uhlmann, Yvonne | - | 6:39.48 | 4 |
| 2 | 584 | Alschner, Greta | TuS Bad Essen | 8:14.96 | 26 |
| 3 | 609 | Tiemann, Leonie | TuS Bad Essen | 8:16.92 | 28 |
| 4 | 615 | Gerder, Alice | TuS Bad Essen | 9:53.99 | 44 |
| W 12 | | | | | |
| 1 | 518 | Lehnen, Anna | ohne | 6:02.52 | 1 |
| W 11 | | | | | |
| 1 | 567 | Barkow, Alisa | OFV Ostercappeln | 6:20.27 | 2 |
| 2 | 610 | Placke, Luisa | Bad Essen | 7:25.27 | 11 |
| W 10 | | | | | |
| 1 | 528 | Wilker, Annika | Christophorus Schule Bohmte | 6:20.65 | 3 |
| 2 | 545 | Ballhausen, Lea | OFV Ostercappeln | 6:47.01 | 5 |
| 3 | 568 | Baltes, Vivianne | Grundschule Bad Essen | 7:03.99 | 6 |
| 4 | 506 | Oevermann, Nele | Christophorusschule Bohmte | 7:26.32 | 12 |
| 5 | 537 | Staats, Jasmin | Grundschule Wehrendorf | 7:30.65 | 14 |
| 6 | 522 | Konya, Laurin | Grundschule Bad Essen | 7:34.90 | 15 |
| 7 | 511 | Mix, Lena | Grundschule Bad Essen | 7:57.04 | 20 |
| 8 | 544 | Ketteler, Miriam | ohne | 8:06.45 | 21 |
| 9 | 532 | Waye, Catharin | Grundschule Bad Essen | 8:16.52 | 27 |
| 10 | 562 | Breimhorst, Elisa | Grundschule Bad Essen | 8:33.09 | 30 |
| 11 | 576 | Büscher, Celine | - | 9:06.93 | 36 |
| 12 | 553 | Hebbelmann, Hanna | Grundschule Bad Essen | 9:18.13 | 40 |
| 13 | 558 | Eichholz, Ina | Grundschule Bad Essen | 9:52.41 | 43 |
| 14 | 513 | Meißel, Alicia | Grundschule Bad Essen | 12:07.18 | 47 |
| W 09 | | | | | |
| 1 | 585 | Alschner, Thea | TuS Bad Essen | 7:15.95 | 7 |
| 2 | 510 | Natemeyer, Marlea | Grundschule Wehrendorf | 7:23.38 | 9 |
| 3 | 539 | Siefker, Jasmin | Grundschule Wehrendorf | 7:24.65 | 10 |
| 4 | 592 | Leß, Laura | TuS Bad Essen | 7:36.16 | 16 |
| 5 | 578 | Koch, Clara Marie | TV 01 Bohmte | 7:52.58 | 18 |
| 6 | 583 | Honermeyer, Paula | - | 8:12.19 | 23 |
| 7 | 535 | Stolte, Antonia | Christophorusschule Bohmte | 8:27.61 | 29 |
| 8 | 591 | Ivemeyer, Kim-Sophie | - | 8:55.88 | 32 |
| 9 | 546 | Drees, Sarah | Christophorusschule Bohmte | 9:05.01 | 35 |
| 10 | 561 | Bussmann, Liv | Grundschule Wehrendorf | 9:07.08 | 37 |
| 11 | 598 | Höhnke, Lena | Grundschule Bad Essen | 9:16.55 | 38 |
| 12 | 564 | Blücher, Kiana | Christophorusschule Bohmte | 10:04.95 | 45 |
| 13 | 597 | Janer, Emily | TuS Bad Essen | 12:01.13 | 46 |
| W 08 | | | | | |
| 1 | 549 | Honerkamp, Yasmin | Grundschule Wehrendorf | 7:21.18 | 8 |
| 2 | 536 | Stolte, Linda | Christophorusschule Bohmte | 7:29.47 | 13 |
| 3 | 599 | Höhnke, Emelie | Grundschule Bad Essen | 7:51.10 | 17 |
| 4 | 563 | Bredenförder, Nele | Christophorusschule Bohmte | 7:56.14 | 19 |
| 5 | 612 | Brockmann, Lena | TuS Bad Essen | 8:11.52 | 22 |

| Platz | Nr | Läufer | Verein | Gesamtzeit | GP |
|-------------|-----|-------------------------|----------------------------|------------|----|
| 6 | 502 | Rauhut, Sina | Bad Essen | 8:13.14 | 24 |
| 7 | 581 | Hunnekuhl, Solveig | TuS Bad Essen | 9:17.67 | 39 |
| 8 | 604 | Teupe, Sarah | Grundschule Bad Essen | 9:21.68 | 41 |
| W 07 | | | | | |
| 1 | 580 | Friedrichs, Laura | - | 8:13.33 | 25 |
| 2 | 555 | Galaschek, Tomi | Grundschule Wehrendorf | 8:35.53 | 31 |
| 3 | 589 | Libuda, Fabienne | VfL-Lintorf | 8:59.38 | 33 |
| 4 | 607 | Imbrock, Melina | TuS Bad Essen | 9:01.72 | 34 |
| 5 | 571 | Gravemann, Emma | TuS Bad Essen | 9:32.02 | 42 |
| M 13 | | | | | |
| 1 | 575 | Büscher, Patrick | SUS Buer | 5:45.30 | 1 |
| 2 | 572 | Meyer, Lukas | TC Bad Essen | 6:28.63 | 9 |
| M 12 | | | | | |
| 1 | 525 | Meyer, Nico | OTSV Pr. Oldendorf | 5:51.18 | 3 |
| 2 | 577 | Natemeyer, Nico | TC Wehrendorf | 5:52.62 | 4 |
| 3 | 548 | Hüsemann, Anton | TV 01 Bohmte | 6:01.38 | 7 |
| 4 | 603 | Nedderhoff, Ole | - | 6:32.02 | 10 |
| M 11 | | | | | |
| 1 | 543 | Wilker, Felix | TV01 Bohmte | 5:50.38 | 2 |
| 2 | 557 | Föhse, Patrick | TV 01 Bohmte-Triathlon | 5:56.07 | 6 |
| M 10 | | | | | |
| 1 | 611 | Ochmann, Dustin | Christophorusschule | 5:55.81 | 5 |
| 2 | 540 | Schulze-Zumkley, Hennik | Christophorusschule Bohmte | 6:11.31 | 8 |
| 3 | 523 | Knippen, Mattis | - | 6:40.23 | 13 |
| 4 | 573 | Meyer, Philipp | SV Wimmer/Lintorf | 6:57.97 | 19 |
| 5 | 590 | Osterholt, Marvin | JSG Lemförde | 6:58.65 | 20 |
| 6 | 565 | Bloem, Simon | Grundschule Bad Essen | 6:59.08 | 21 |
| 7 | 527 | Witte, Marek | Grundschule Bad Essen | 7:20.38 | 25 |
| 8 | 569 | Engel, Artur | Grundschule Wehrendorf | 7:25.40 | 27 |
| 9 | 520 | Kuchenbecker, Adrian | Grundschule Bad Essen | 7:33.40 | 31 |
| 10 | 512 | Junghans, Luca | Grundschule Bad Essen | 8:00.50 | 35 |
| 11 | 524 | Klauke, Jannis | Grundschule Wehrendorf | 8:01.23 | 36 |
| 12 | 505 | Otte im Holte, Janek | Grundschule Bad Essen | 8:22.57 | 42 |
| 13 | 552 | Helm, Noah | Grundschule Bad Essen | 9:51.26 | 48 |
| 14 | 526 | Weber, Marek | - | 11:42.83 | 51 |
| M 09 | | | | | |
| 1 | 602 | Klöcker, Noah | Christophorusschule | 6:55.89 | 18 |
| 2 | 595 | Amelingmeyer, Felix | SV Wimmer/Lintorf | 7:10.75 | 24 |
| 3 | 614 | Graf, Michael | Christophorusschule | 7:24.81 | 26 |
| 4 | 559 | Dirkes, Joel | Christophorusschule Bohmte | 7:28.31 | 28 |
| 5 | 521 | Krämer, Nico | Christophorusschule Bohmte | 7:50.71 | 33 |
| 6 | 593 | Haarmann, Jendrik | VfL Lintorf | 7:54.63 | 34 |
| 7 | 596 | Düzgün, Onucan | SG Wimmer/Lintorf | 8:05.80 | 38 |
| 8 | 509 | Nickel, Janis | Christophorusschule Bohmte | 8:07.20 | 39 |
| 9 | 605 | Lucht, Jonas | SV Wimmer/Lintorf | 8:10.07 | 40 |

| Platz | Nr | Läufer | Verein | Gesamtzeit | GP |
|-------------|-----|-------------------------|----------------------------|------------|----|
| 10 | 541 | Schäfer, Lars | Christophorusschule Bohmte | 8:12.21 | 41 |
| 11 | 588 | Tacke, Jan | - | 9:38.47 | 47 |
| 12 | 514 | Ruthemeyer, Nico | Christophorusschule Bohmte | 11:22.06 | 49 |
| M 08 | | | | | |
| 1 | 608 | Honermeyer, Caspar | TuS Bad Essen | 6:35.55 | 11 |
| 2 | 587 | Busse, Vincent | TuS Bad Essen | 6:39.72 | 12 |
| 3 | 519 | Lehnen, Tom | ohne | 6:42.59 | 14 |
| 4 | 503 | Plöger, Tobias | Christophorusschule Bohmte | 6:47.43 | 15 |
| 5 | 613 | Marting, Raphael | Christophorusschule | 6:51.86 | 16 |
| 6 | 566 | Barkow, Floris | OFV Ostercappeln | 6:53.43 | 17 |
| 7 | 517 | Lemper, Robin | SV-Wimmer | 7:06.90 | 22 |
| 8 | 579 | Horstmann, Ole | OFV Ostercappeln | 7:30.39 | 30 |
| 9 | 507 | Oelgeschläger, Fin | Christophorusschule Bohmte | 7:35.09 | 32 |
| 10 | 594 | Lange, Benjamin | SV Wimmer/Lintorf | 8:42.27 | 43 |
| 11 | 586 | Waldmann, Arne | - | 8:46.50 | 44 |
| 12 | 574 | Gerd-Witte, Leo | Christophorusschule | 9:02.70 | 45 |
| M 07 | | | | | |
| 1 | 582 | Drees, Maximilian | Christophorusschule | 7:07.54 | 23 |
| 2 | 501 | Maschmeyer, Luca Marvin | Grundschule Wehrendorf | 7:29.10 | 29 |
| 3 | 606 | Ponzel, Finn-Luca | TuS Bad Essen | 8:02.98 | 37 |
| 4 | 538 | Sommerfeld, Lasse | Grundschule Wehrendorf | 9:04.88 | 46 |
| 5 | 600 | Goedejohann, Niklas | Christophorusschule | 11:24.61 | 50 |