

3 km

1	Thomas Sparr H55	10.04
2	Björn Albinsson H 55	11.03
3	Anders Claesson H 65	11.49
4	Johan Trygg H 55	12.02
5	Ulf Rask H 55	12.35
6	Kea Andersson H 65	14.33
7	Ingemar Lind H 65	15.00
8	Lars-Erik Tjäder H 65	17.18
9	Frida Brudin D 12	17.31

5 km

1	Gustav Jonsson H 21	17.35
2	Henrik Jonsson H 45	18.14
3	Per Holm H21	19.46
4	Olof Eriksson H 45	24.02