

| Termine | ADAC | VGS | Sauerland |
|----------------------|----------------------------------|----------------------------|-----------------------|
| Sonntag, 23.02.19 | | Wintercup | |
| Sonntag, 31.03.19 | | | (Superkart in Werl) |
| Sonntag, 07.04.19 | | | MSC Werl (Doppellauf) |
| Sonntag, 28.04.19 | | MSC Saßmannshausen | |
| Sonntag, 05.05.19 | MSC Schmalleberg | | MSC Schmalleberg |
| Sonntag, 19.05.19 | MSC Oeventrop | | |
| Sonntag, 26.05.19 | AMC Bad Berleburg | | |
| Sonntag, 02.06.19 | Briloner AC | | |
| Sonntag, 09.06.19 | AMC Burbach | | |
| Montag, 10.06.19 | | AMC Burbach | |
| Sonntag, 16.06.19 | MSC Oeventrop | | |
| Sonntag, 23.06.19 | MSC Lennetal-Bamenohl | | |
| Sonntag, 30.06.19 | MSC Süd-Sauerland | | |
| Sonntag, 07.07.19 | | | MSF Cobbenrode |
| Sonntag, 14.07.19 | | AMC Bad Berleburg | |
| !INFO! | '↓Ab hier nur mit Qualifikation↓ | | |
| Sonntag, 01.09.19 | Endlauf NORD: AC Warendorf | | |
| Sonntag, 08.09.19 | Endlauf SÜD: Olper AC | | |
| Sonntag, 15.09.19 | Endlauf Mitte: RC Haltern | | |
| Freitag, 20.09.19 | Vorbereitung Bundesendlauf | | |
| Samstag, 21.09.19 | | | |
| Sonntag, 22.09.19 | | | |
| Sonntag, 29.09.19 | | MSC Süd-Sauerland | |
| Donnerstag, 03.10.19 | | AC Hohenseelbachskopf (DV) | ?MSC Oeventrop? |
| Sonntag, 06.10.19 | NRW Cup | | |
| Samstag, 12.10.19 | Deutsche Meisterschaft | | |
| Sonntag, 13.10.19 | ADAC Hansa - Lübeck | | |
| Samstag, 19.10.19 | Bundesendlauf | | |
| Sonntag, 20.10.19 | ADAC Nordbaden - Sinsheim | | |