

First Name	Second Name	Gender	Date	Distance	Time	Runs	PB
Graham	Webber	M	25/7/2026	5	00;21;32	102	
Bruce	De Bourg	M	25/7/2026	5	00;21;57	78	
Lackson	Chauke	M	25/7/2026	5	00;22;11	56	
Willie	Dlongolo	M	25/7/2026	5	00;25;51	60	
Maselo	Mphafudi	M	25/7/2026	5	00;26;17	76	
Julian	Blonski	M	25/7/2026	5	00;26;33	269	
Henrik	Hartmann	M	25/7/2026	5	00;28;20	33	
Amos	Ndlovu	M	25/7/2026	5	00;28;30	1	PB
Russ	Dodding	M	25/7/2026	5	00;28;48	216	
Ludowijk	Nell	M	25/7/2026	5	00;29;06	36	
Chad	Harris	M	25/7/2026	5	00;31;07	139	
Heather	Murch	F	25/7/2026	5	00;31;30	196	
Thomas	Hope	M	25/7/2026	5	00;32;02	98	
Masoono	Nchabeleng	M	25/7/2026	5	00;32;07	254	
Saul	Levin	M	25/7/2026	5	00;36;10	110	
Nigel	Asprey	M	25/7/2026	5	00;37;17	10	
Dudu	Mdweni	F	25/7/2026	5	00;38;45	18	
Les	Sutcliffe	M	25/7/2026	Timekeeper			