



NEDBANK
RUNNING
CLUB

TIME TRIAL RESULTS



Sandton Time Trial - 17 January 2024

Thank you to our timekeeper: Michael McLaggen

Ladies 5km TT

Name	Time	Pace	+/- PB
Rina Gerber	31:19	06:16	+0:00
Brenda Hopewell	31:19	06:16	+0:00

Mens 5km TT

Name	Time	Pace	+/- PB
Darren	26:48	05:22	+0:00
Gavin A	28:12	05:38	+0:00
Tshivhidzo M	35:00	07:00	+0:00
Ed Stoddard	36:20	07:16	+0:00
Troy Brady	37:05	07:25	+0:00
Leroy Mnguni	37:11	07:26	+0:00

Men 8km TT

Name	Time	Pace	+/- PB
Gerhard Steyn	33:55	04:14	+0:00
Bwanilea Lunga	34:25	04:18	+0:00
Dwayne Nzimande	37:22	04:40	+0:00
Sifiso Dlamini	39:38	04:57	+0:00
Lu Ren	39:52	04:59	+0:00
George Kabini	46:22	05:48	+0:00
Benjamin Lodya	48:48	06:06	+0:00
Xolani (6km)	38:00	06:20	+0:00

