



2023 Western Cape XCO Championships

Laborie Wine Estate - Paarl - 6th Aug 2023



Group or Category	Pos in		Athlete Details				Affiliation		Split Times							Final Results			
	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status	
Sprog Girls	1	1	571	SG	Leonè	Theron	WC	RSA	00.09.20	00.09.55	00.10.08	00.10.50	00.10.24			00.50.37	5		
	2	2	572	SG	Isabella	Stermin	WC	RSA	00.10.26	00.11.00	00.11.14	00.11.15	00.11.35			00.55.30	5		
	3	3	576	SG	Anna	Heatlie	WC	RSA	00.11.34	00.11.35	00.11.10	00.11.45	00.12.06			00.58.10	5		
	4	4	573	SG	Michelle	Malan	GP	RSA	00.11.13	00.11.36	00.11.38	00.12.23	00.12.19			00.59.09	5		
	5	5	574	SG	Leanay	Badenhorst	WC	RSA	00.12.08	00.13.22	00.13.08	00.13.05			00.51.43	4	-1 Lap		
	--	--	575	SG	Luminathi	Nkoko	WC	RSA											DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status	
Sprog Boys	1	1	501	SB	Dylan	Van De Langenberg	WC	RSA	00.11.50	00.12.29	00.12.42	00.12.50				00.49.51	4		
	2	2	508	SB	Jandre	Van Lill	WC	RSA	00.12.20	00.13.17	00.13.12	00.13.58				00.52.47	4		
	3	3	505	SB	William	Ruthven	WC	RSA	00.12.29	00.13.16	00.13.35	00.14.13				00.53.33	4		
	4	4	504	SB	Spencer	Van Zyl	WC	RSA	00.12.48	00.14.23	00.14.00	00.13.32				00.54.43	4		
	5	5	502	SB	Maximillian	Brown	WC	RSA	00.13.09	00.13.21	00.14.39	00.15.22				00.56.31	4		
	6	6	510	SB	Liam	Vorster	WC	RSA	00.13.26	00.14.14	00.15.09	00.15.30				00.58.19	4		
	7	7	514	SB	Tienie	Louw	WC	RSA	00.13.41	00.14.23	00.15.22	00.15.50				00.59.16	4		
	8	8	503	SB	Dawid	Van Zyl Smit	WC	RSA	00.13.39	00.14.32	00.16.14	00.15.30				00.59.55	4		
	9	9	506	SB	Matthew	Marais	WC	RSA	00.14.10	00.15.05	00.15.30	00.15.34				01.00.19	4		
	10	10	516	SB	De Wet	Groenewald	WC	RSA	00.18.53	00.19.54	00.20.24					00.59.11	3	-1 Lap	
	--	--	507	SB	Connor	Roebuck	WC	RSA											DNF
	--	--	513	SB	Awethu	Mtekeli	WC	RSA											DNS
--	--	515	SB	Lorenzo	Lenisa	WC	RSA											DNS	
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status	
Nipper Girls	1	1	671	NG	Lienka	De Jager	WC	RSA	00.10.21	00.10.55	00.11.43					00.32.59	3		
	2	2	675	NG	Rachel	Lambert	WC	RSA	00.14.47	00.15.31	00.16.23					00.46.41	3		
	3	3	673	NG	Leoni	Lambert	WC	RSA	00.15.51	00.17.25						00.33.16	2	-1 Lap	
	--	--	672	NG	Mia	Malan	WC	RSA											DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status	
Nipper Boys	1	1	604	NB	Steyn	Rautenbach	WC	RSA	00.09.57	00.10.13	00.10.36	00.10.35				00.41.21	4		
	2	2	617	NB	Logan	Gouws	GP	RSA	00.10.06	00.10.53	00.10.32	00.10.35				00.42.06	4		
	3	3	603	NB	Emile	Henning	WC	RSA	00.10.40	00.10.23	00.10.41	00.10.46				00.42.30	4		
	4	4	610	NB	Migael	Van Zyl	WC	RSA	00.10.57	00.10.36	00.10.56	00.11.16				00.43.45	4		
	5	5	601	NB	Tiehann	Slabber	WC	RSA	00.10.51	00.10.58	00.11.19	00.11.02				00.44.10	4		
	6	6	602	NB	Michael	Van Zyl Smit	KZ	RSA	00.11.36	00.10.53	00.11.23	00.11.27				00.45.19	4		
	7	7	606	NB	Daniël	Fouche	WC	RSA	00.11.35	00.11.44	00.11.58	00.11.50				00.47.07	4		
	8	8	618	NB	John	Heatlie	WC	RSA	00.12.13	00.11.37	00.11.39	00.11.59				00.47.28	4		
	9	9	614	NB	Philip	Wieffering	WC	RSA	00.11.47	00.11.53	00.11.59	00.12.42				00.48.21	4		
	10	10	607	NB	Wihan	Van Der Vyver	WC	RSA	00.11.49	00.11.54	00.13.17	00.12.16				00.49.16	4		
	11	11	911	NB	Alex	Blommestein	WC	RSA	00.12.03	00.12.50	00.12.34	00.12.54				00.50.21	4		
	12	12	909	NB	Ruben	Bezuidenhout	WC	RSA	00.11.46	00.13.28	00.12.21	00.13.39				00.51.14	4		
	13	13	619	NB	Jasper	Keers	WC	RSA	00.14.14	00.12.43	00.13.45	00.14.27				00.55.09	4		
	14	14	908	NB	Pierre	De Villiers	GP	RSA	00.13.44	00.13.26	00.13.41	00.15.48				00.56.39	4		
	15	15	620	NB	Daniel	Claassen	WC	RSA	00.14.30	00.13.59	00.14.04				00.42.33	3	-1 Lap		
	16	16	910	NB	Max	Heeremans	WC	RSA	00.15.23	00.16.00	00.16.52				00.48.15	3	-1 Lap		
	17	17	613	NB	Joshua	Nel	WC	RSA	00.16.43	00.17.07	00.18.18				00.52.08	3	-1 Lap		
	--	--	611	NB	Hugo	Wait	WC	RSA	00.12.56	00.13.52	00.13.59				00.40.47	3	DNF		
--	--	605	NB	Henco	Hibbert	WC	RSA											DNS	
--	--	616	NB	Mihlali	Stuurman	WC	RSA											DNS	
--	--	608	NB	Rudolf	De Lange	WC	RSA											DNS	
--	--	612	NB	Lourens	Rocher	WC	RSA											DNS	
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status	
Sub-Jun Girls	1	1	480	JG	Lara	Van Der Vyver	WC	RSA	00.12.37	00.13.08	00.13.22	00.13.33				00.52.40	4		
	2	2	471	JG	Rebecca	Jacobs	WC	RSA	00.12.44	00.13.24	00.13.43	00.13.23				00.53.14	4		
	3	3	901	JG	Ella	Barnard	WC	RSA	00.13.33	00.13.43	00.14.04	00.14.06				00.55.26	4		
	4	4	477	JG	Janke	Van Zyl	WC	RSA	00.13.16	00.13.58	00.14.35	00.14.47				00.56.36	4		
	5	5	902	JG	Julia	Painter	WC	RSA	00.13.28	00.13.55	00.14.43	00.14.32				00.56.38	4		
	6	6	476	JG	Miecke	Kinnear	WC	RSA	00.14.02	00.14.34	00.15.06	00.15.07				00.58.49	4		
	7	7	473	JG	Kendra	Kitching	WC	RSA	00.13.58	00.14.55	00.15.38	00.16.13				01.00.44	4		



2023 Western Cape XCO Championships

Laborie Wine Estate - Paarl - 6th Aug 2023



Group or Category	Pos in		Athlete Details				Affiliation		Split Times							Final Results		
	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
	8	8	478	JG	Natalie	Goosen	WC	RSA	00.14.24	00.14.59	00.16.03	00.16.42				01.02.08	4	
	9	9	906	JG	Annamarie	Van Toorn	WC	RSA	00.15.53	00.16.58	00.16.55	00.17.13				01.06.59	4	
	10	10	903	JG	Bianca	Herbst	WC	RSA	00.20.12	00.21.50	00.26.08					01.08.10	3	-1 Lap
	--	--	904	JG	Jeané	Smith	GP	RSA	00.16.10	00.16.52	00.17.58					00.51.00	3	DNS
	--	--	479	JG	Uviwe	Tshali	WC	RSA										DNS
	--	--	907	JG	Kanya	Xhapha	WC	RSA										DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Sub-Jun Boys	1	1	401	JB	Liam	Rautenbach	WC	RSA	00.14.29	00.15.09	00.15.29					00.45.07	3	
	2	2	408	JB	Corban	Van Zyl Smit	WC	RSA	00.15.04	00.15.32	00.15.35					00.46.11	3	
	3	3	403	JB	Sven	Etsebeth	WC	RSA	00.15.14	00.15.40	00.15.31					00.46.25	3	
	4	4	402	JB	Henri	Coetzee	WC	RSA	00.15.25	00.15.44	00.15.22					00.46.31	3	
	5	5	410	JB	Henri	Du Plessis	WC	RSA	00.15.40	00.16.11	00.16.52					00.48.43	3	
	6	6	412	JB	Ryan	Koorzen	WC	RSA	00.15.18	00.16.43	00.17.13					00.49.14	3	
	7	7	421	JB	Alessandro	Lenisa	WC	RSA	00.16.11	00.17.13	00.17.33					00.50.57	3	
	8	8	405	JB	Konrad	Kotze	WC	RSA	00.16.52	00.17.25	00.17.49					00.52.06	3	
	9	9	413	JB	Janro	Du Plessis	WC	RSA	00.17.16	00.18.26	00.17.56					00.53.38	3	
	10	10	416	JB	Max	Vermaak	WC	RSA	00.17.20	00.18.01	00.18.50					00.54.11	3	
	11	11	425	JB	Reece	Van Staden	WC	RSA	00.17.47	00.19.43	00.20.01					00.57.31	3	
	12	12	419	JB	Tiaan	Ferreira	WC	RSA	00.15.19	00.25.59	00.17.26					00.58.44	3	
	13	13	31	JB	Awona	Mdlela	WC	RSA	00.20.32	00.21.25	00.24.02					01.05.59	3	
	14	14	423	JB	Joshua	De Wet	WC	RSA	00.22.35	00.24.10						00.46.45	2	-1 Lap
	--	--	411	JB	Luke	Schonegevel	WC	RSA										DNS
	--	--	418	JB	Matthew	Ratcliffe	WC	RSA										DNS
	--	--	420	JB	Daniel	Steyn	WC	RSA										DNS
	--	--	409	JB	Sebastian	Lowe	WC	RSA										DNS
	--	--	422	JB	Ovayo	Ntsege	WC	RSA										DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Youth Women	1	1	904	YW	Nadia	Van Wyk	WC	RSA	00.16.10	00.16.52	00.17.58					00.51.00	3	
	2	2	372	YW	Ilandrie	Du Plessis	WC	RSA	00.17.48	00.18.18	00.18.15					00.54.21	3	
	--	--	373	YW	Mianette	Theron	WC	RSA										DNS
	--	--	375	YW	Anje	Van Niekerk	WC	RSA										DNS
	--	--	376	YW	Zoe	Green	WC	RSA										DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Youth Men	1	1	310	YM	Samuel	Cleary	WC	RSA	00.13.07	00.13.48	00.13.54	00.13.56				00.54.45	4	
	2	2	308	YM	Jaco	Van Zyl	WC	RSA	00.13.39	00.14.16	00.14.27	00.14.37				00.56.59	4	
	3	3	303	YM	Francois	Coetzee	WC	RSA	00.14.00	00.14.10	00.14.28	00.14.43				00.57.21	4	
	4	4	915	YM	Dean	Woolley	WC	RSA	00.14.04	00.14.22	00.14.25	00.15.04				00.57.55	4	
	5	5	306	YM	Juan	Van Zyl	WC	RSA	00.13.44	00.14.37	00.14.55	00.14.43				00.57.59	4	
	6	6	330	YM	Neil	Van Der Vyver	WC	RSA	00.13.40	00.14.16	00.14.49	00.15.34				00.58.18	4	
	7	7	311	YM	Benjamin	Fourie	WC	RSA	00.14.10	00.14.40	00.15.06	00.15.01				00.58.57	4	
	8	8	302	YM	Lian	Otto	WC	RSA	00.14.00	00.14.46	00.15.18	00.15.11				00.59.15	4	
	9	9	312	YM	Liam	Henning	WC	RSA	00.14.21	00.14.59	00.15.16	00.15.11				00.59.47	4	
	10	10	317	YM	Christiaan	Davel	WC	RSA	00.14.16	00.15.22	00.15.31	00.15.28				01.00.37	4	
	11	11	304	YM	Jack	Goosen	WC	RSA	00.14.22	00.15.19	00.15.44	00.15.46				01.01.11	4	
	12	12	319	YM	Daniel	Bristow	WC	RSA	00.14.54	00.15.31	00.16.01	00.16.44				01.03.10	4	
	13	13	322	YM	James	Card	WC	RSA	00.14.54	00.15.30	00.16.38	00.16.23				01.03.25	4	
	14	14	327	YM	Keaton	Bass	WC	RSA	00.15.08	00.16.16	00.16.08	00.16.49				01.04.21	4	
	15	15	334	YM	A J	Nel	WC	RSA	00.15.42	00.16.39	00.16.30	00.16.19				01.05.10	4	
	16	16	313	YM	Connor	Kitching	WC	RSA	00.14.42	00.16.13	00.17.08	00.17.24				01.05.27	4	
	17	17	331	YM	Jaco	De Wet	WC	RSA	00.15.35	00.16.51	00.17.02	00.16.23				01.05.51	4	
	18	18	324	YM	Yaron	Hattingh	WC	RSA	00.15.43	00.16.47	00.17.02	00.17.16				01.06.48	4	
	19	19	338	YM	Andre	Kirschstein	WC	RSA	00.15.34	00.16.55	00.17.13	00.17.52				01.07.34	4	
	20	20	920	YM	Deniel	Du Plessis	WC	RSA	00.15.59	00.17.34	00.17.31	00.17.36				01.08.40	4	
	21	21	328	YM	Marwayne	Kriga	WC	RSA	00.16.08	00.17.28	00.17.13	00.18.01				01.08.50	4	
	22	22	315	YM	Christian	Koegelenberg	WC	RSA	00.15.56	00.17.11	00.17.50	00.17.58				01.08.55	4	
	23	23	318	YM	Matthew	Hudson	WC	RSA	00.15.57	00.16.58	00.17.53	00.18.09				01.08.57	4	
	24	24	921	YM	Arno	Coetzer	WC	RSA	00.17.26	00.20.07	00.19.56					00.57.29	3	-1 Lap
	25	25	333	YM	Hanre	Jordaan	WC	RSA	00.18.24	00.20.47	00.21.22					01.00.33	3	-1 Lap
	--	--	301	YM	Van Zyl	Steyn	WC	RSA	00.13.52	00.15.51						00.29.43	2	DNF
	--	--	336	YM	Frans-Johann	Smit	WC	RSA	00.16.10	00.17.52						00.34.02	2	DNF
	--	--	325	YM	Connor	Hume	WC	RSA	00.18.43							00.18.43	1	DNF
	--	--	918	YM	Leroux	Nel	WC	RSA	00.19.30							00.19.30	1	DNF
	--	--	919	YM	Daniel	Van Niekerk	WC	RSA	00.19.43							00.19.43	1	DNF



2023 Western Cape XCO Championships

Laborie Wine Estate - Paarl - 6th Aug 2023



Group or Category	Pos in		Athlete Details				Affiliation		Split Times							Final Results		
	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
	--	--	917	YM	Francois	Claassen	WC	RSA										DNS
	--	--	314	YM	Joshua	Ord	WC	RSA										DNS
	--	--	914	YM	Sphiwe	Jantjies	WC	RSA										DNS
	--	--	323	YM	Reek	Roos	WC	RSA										DNS
	--	--	913	YM	Geoffrey	Dickson	WC	RSA										DNS
	--	--	332	YM	Luca	Zietsman	WC	RSA										DNS
	--	--	335	YM	Likho	Mayekiso	WC	RSA										DNS
	--	--	337	YM	Mivuyo	Mndini	WC	RSA										DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Junior Women	1	1	271	JW	Angeliq	Coetzer	WC	RSA	00.16.22	00.19.20	00.19.52	00.19.33				01.15.07	4	
	2	2	273	JW	Emogene	Prinsloo	WC	RSA	00.20.40	00.22.45	00.22.27	00.23.25				01.29.17	4	
	3	3	219	JW	Marli	Davel	WC	RSA	00.21.32	00.23.24	00.23.31	00.24.41				01.33.08	4	
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Junior Men	1	1	205	JM	Jean-Pierre	Du Plessis	WC	RSA	00.13.36	00.13.12	00.13.38	00.13.43	00.13.55			01.08.04	5	
	2	2	203	JM	Lood	Goosen	WC	RSA	00.13.35	00.13.49	00.14.18	00.14.21	00.14.40			01.10.43	5	
	3	3	211	JM	Alec	Coleské	WC	RSA	00.13.34	00.13.59	00.14.18	00.14.22	00.14.50			01.11.03	5	
	4	4	206	JM	Tiaan	Manefeldt	WC	RSA	00.13.32	00.14.00	00.14.46	00.15.38	00.15.44			01.13.40	5	
	5	5	209	JM	Willem	Visagie	WC	RSA	00.13.38	00.14.58	00.15.06	00.15.11	00.15.50			01.14.43	5	
	6	6	214	JM	Divan	Terblanche	WC	RSA	00.14.11	00.14.55	00.15.17	00.15.28	00.15.22			01.15.13	5	
	7	7	207	JM	Greg	Lawson	WC	RSA	00.14.10	00.15.06	00.15.12	00.15.41	00.15.58			01.16.07	5	
	8	8	223	JM	Luke	Keyser	WC	RSA	00.14.44	00.15.44	00.15.40	00.15.43	00.15.32			01.17.23	5	
	9	9	217	JM	Ethon	Michaels	WC	RSA	00.15.22	00.15.56	00.16.18	00.16.54	00.16.51			01.21.21	5	
	10	10	213	JM	Devan	Van Zyl	WC	RSA	00.15.02	00.16.32	00.16.34	00.17.20	00.16.56			01.22.24	5	
	11	11	224	JM	Leighwin	Bond	WC	RSA	00.16.22	00.17.23	00.17.46	00.17.58				01.09.29	4	-1 Lap
	12	12	222	JM	Junior	Kock	WC	RSA	00.15.37	00.16.30	00.16.20	00.26.18				01.14.45	4	-1 Lap
	13	13	220	JM	Jaden	Griggs	WC	RSA	00.19.59	00.20.45	00.20.53	00.22.11				01.23.48	4	-1 Lap
	--	--	218	JM	Sithethelewe	Xhala	WC	RSA	00.18.54	00.19.49	00.19.53					00.58.36	3	DNF
	--	--	204	JM	Jaydan	Durandt	WC	RSA	00.14.06	00.15.55						00.30.01	2	DNF
	--	--	212	JM	Johannes	Jacobs	WC	RSA										DNS
	--	--	221	JM	Jhann	Van Niekerk	WC	RSA										DNS
	--	--	216	JM	Lakhanya	Skhobongwane	WC	RSA										DNS
	--	--	208	JM	Thomas	Dunkley	WC	RSA										DNS
	--	--	201	JM	Cronje	Beukes	WC	RSA										DNS
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Elite Men	1	1	5	EM	Arno	Du Toit	FS	RSA	00.12.41	00.12.49	00.12.59	00.13.00	00.13.06	00.13.09	00.13.00	01.30.44	7	
	2	2	8	EM	Keagan	Bontekoning	GP	RSA	00.12.45	00.12.53	00.12.53	00.13.00	00.13.05	00.13.08	00.13.03	01.30.47	7	
	3	3	9	EM	Wessel	Botha	WC	RSA	00.12.39	00.12.51	00.13.15	00.13.22	00.13.11	00.13.26	00.13.26	01.32.10	7	
	4	4	17	EM	Justin	Chesterton	WC	RSA	00.12.38	00.13.09	00.13.25	00.13.20	00.13.25	00.13.35	00.13.19	01.32.51	7	
	5	5	24	EM	Matthew	Keyser	WC	RSA	00.12.51	00.13.05	00.13.22	00.13.13	00.13.20	00.13.32	00.13.39	01.33.02	7	
	6	6	15	EM	Kai	Von Doring	WC	RSA	00.12.38	00.12.59	00.13.24	00.13.29	00.13.47	00.14.15	00.14.26	01.34.58	7	
	7	7	2	EM	Daniel	Van Der Walt	WC	RSA	00.12.43	00.13.21	00.13.49	00.13.44	00.13.48	00.13.58	00.14.04	01.35.27	7	
	8	8	26	EM	Franko	Van Zyl	WC	RSA	00.13.03	00.13.33	00.13.42	00.13.28	00.14.00	00.14.15	00.14.23	01.36.24	7	
	9	9	13	EM	Thomas	Hudson	WC	RSA	00.13.02	00.13.35	00.13.44	00.13.54	00.14.30	00.14.38	00.14.27	01.37.50	7	
	10	10	28	EM	Matthew	Leppan	WC	RSA	00.13.41	00.14.16	00.14.46	00.14.49	00.15.03	00.15.08	00.15.06	01.42.49	7	
	11	11	33	EM	Ziandro	Jordaan	WC	RSA	00.13.47	00.14.38	00.15.06	00.14.32	00.14.58	00.15.35	00.16.06	01.44.42	7	
	12	12	21	EM	Ongeziwe	Tyapa	WC	RSA	00.15.14	00.15.04	00.15.43	00.15.43	00.16.01	00.16.04		01.33.49	6	-1 Lap
	13	13	22	EM	Atlehang	Matsokotsi	WC	RSA	00.15.14	00.17.10	00.16.05	00.16.14	00.16.10	00.16.57		01.37.50	6	-1 Lap
	14	14	30	EM	Tristan	Schoombee	WC	RSA	00.17.03	00.18.16	00.19.22	00.19.43	00.21.02			01.35.26	5	-2 Laps
	--	--	14	EM	Damon	Terblanche	WC	RSA	00.13.28	00.15.49	00.18.35					00.47.52	3	DNF
	--	--	32	EM	Tyron	Oliphant	WC	RSA	00.21.58	00.24.13	00.28.27					01.14.38	3	DNF
	--	--	23	EM	Nian	Terblanche	WC	RSA										DNS
	--	--	18	EM	Kusaselihle	Ngidi	WC	RSA										DNS
	--	--	16	EM	Luyanda	Thobigunya	WC	RSA										DNS
	--	--	25	EM	Siyabulela	Tutu	WC	RSA										DNS
	--	--	34	EM	Themabela	Lukhalo	WC	RSA										DNS
	--	--	20	EM	Rudi	Koen	WC	RSA										DNS
	--	--	29	EM	Ryan	Bennewith	KZ	RSA										DNS
	--	--	27	EM	Zizo	Tshingana	WC	RSA										DNS
	--	--	7	EM	Herman	Fourie	WC	RSA	00.28.17							00.28.17	1	DNF
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Sub Vet Men	1	1	701	SV	Dominic	Calitz	WC	RSA	00.13.36	00.14.00	00.14.09	00.14.25	00.14.21			01.10.31	5	
	2	2	702	SV	Robert	Du Preez	WC	RSA	00.15.19	00.15.45	00.15.27	00.14.53	00.15.44			01.17.08	5	
	3	3	703	SV	Ashley	Oldfield	WC	RSA	00.15.50	00.15.50	00.15.48	00.16.06	00.15.56			01.19.30	5	
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Veteran Men	1	1	713	VM	Petrus	Malherbe	WC	RSA	00.14.49	00.15.45	00.15.24	00.15.16				01.01.14	4	
	2	2	717	VM	Jaco	Davel	WC	RSA	00.15.23	00.15.38	00.15.29	00.15.16				01.01.46	4	
	3	3	711	VM	Pieter	Rautenbach	WC	RSA	00.15.39	00.16.08	00.16.16	00.16.38				01.04.41	4	
	4	4	715	VM	Zolile	Sigonyela	WC	RSA	00.16.41	00.17.34	00.17.12	00.18.11				01.09.38	4	



2023 Western Cape XCO Championships

Laborie Wine Estate - Paarl - 6th Aug 2023



Group or Category	Pos in		Athlete Details				Affiliation		Split Times							Final Results		
	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
	5	5	714	VM	Erhard	Blom	WC	RSA	00.16.18	00.17.15	00.18.06	00.18.03				01.09.42	4	
	6	6	718	VM	Francois	De Villiers	GP	RSA	00.18.29	00.19.50	00.20.53	00.20.21				01.19.33	4	
	--	--	712	VM	Jean	De Villiers	WC	RSA										DNS
	--	--	716	VM	Sven	Duncker	WC	RSA										DND
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Master Men	1	1	725	MM	Thorkild	Nielsen	WC	RSA	00.15.25	00.16.09	00.16.15	00.15.52				01.03.41	4	
	2	2	721	MM	Johannes	Visser	WC	RSA	00.15.28	00.16.07	00.16.14	00.15.56				01.03.45	4	
	3	3	727	MM	Greg	Keers	WC	RSA	00.15.51	00.16.44	00.16.42	00.17.04				01.06.21	4	
	4	4	722	MM	Arnold	Barnardo	WC	RSA	00.16.06	00.16.48	00.16.56	00.17.29				01.07.19	4	
	5	5	723	MM	Robert	Kitching	WC	RSA	00.17.29	00.20.06	00.20.48	00.20.08				01.18.31	4	
Category	All	Cat	No	Cat	First Name	Last Name	Prov	Nation	Lap 1	Lap 2	Lap 3	Lap 4	Lap 5	Lap 6	Lap 7	Time	Laps	Status
Gr Master Men	1	1	731	GM	Jimmy	Mills	WC	RSA	00.16.24	00.17.28	00.17.32					00.51.24	3	
	2	2	732	GM	John	Rodger	WC	RSA	00.28.05	00.27.11						00.55.16	2	-1 Lap