

SHANGE LEBOGANG

01 - 08 - 1990

	<i>Personal Best</i>							
	5.000 mt. (track)	18:55.60	Budapest (Hun)				30.06.2017	
	10.000 mt. (track)	41:02.92	Camberra (Aus)				11.01.2016	
	20.000 mt. (track)	1:23:20.86	Bedford (Gbr)				21.06.2015	
	20 km. (road)	1:19:18	London (Gbr)				13.08.2017	
	<i>Ranking 20 km.</i> (average = 1:21:15)							
	01	1:19:18	London	13.08.2017	06	1:21:41	Durban	25.06.2016
	02	1:20:06	Adelaide	21.02.2016	07	1:21:43	Beijing	23.08.2015
	03	1:20:42	Stellenbosch	16.04.2016	08	1:21:50	Lugano	15.03.2015
	04	1:21:00	Adelaide	19.02.2017	09	1:21:51	La Coruña	06.06.2015
05	1:21:23	Rio Maior	09.04.2016	10	1:22:44	Dudince	21.03.2015	
<i>Career Highlights</i> 20 km.								
Olimpyc Games	World Championships	World Cup	African Games	Commonwealth Games	African Championships			
2016 = 44°	2013 = Dnf. 2015 = 11° 2017 = 4°	2012 = 74° 2014 = 61° 2016 = 57° 2018 = 15°	2015 = 1°	2018 = 9°	2014 = 1° 2016 = 3° 2018 = 1°			

* updated at 31 December 2018

OTHERS RESULTS 20 KM.

11	1:23:00	Stellenbosch	17.04.2015	23	1:25:23	Lugano	16.03.2014
12	1:23:20	Suzhou	24.09.2018	24	1:25:48	Port Elisabeth	14.04.2012
13	1:23:27	Gold Coast	08.04.2018	25	1:26:06	Stellenbosch	13.04.2013
14	1:23:45	Taicang	15.04.2017	26	1:26:43	Brazzaville	15.09.2015
15	1:23:56	Taicang	06.05.2018	27	1:26:58	Marrakesh	14.08.2014
16	1:24:09	Dudince	22.03.2014	28	1:28:00	La Coruña	09.06.2012
17	1:24:18	Taicang	04.05.2014	29	1:28:31	Bambous	19.04.2013
18	1:24:29	La Coruña	03.06.2017	30	1:29:49	Durban	10.04.2011
19	1:24:32	Monterrey	24.02.2018	31	1:30:05	Saransk	12.05.2012
20	1:24:41	Ciudad Juárez	06.03.2016	32	1:30:59	Cape Town	10.10.2015
21	1:24:53	Rome	07.05.2016	33	1:31:01	Cape Town	27.10.2018
22	1:25:07	Rio de Janeiro	12.08.2016	34	1:36:44	Sesto San Giovanni	17.06.2012

