

@LETIEKLEVEN

BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN INDOOR CADETTEN EN SCHOLIEREN



BELGISCHE RECORDS ALS BONUS VOOR STERK BK

De cadetten jongens hadden er duidelijk zin in en werden geïnspireerd door de resultaten van hun oudere collega's op het EK in Istanboel. Zeven van deze atleten slaagden er namelijk in om in de top tien aller tijden terecht te komen, en we waren zelfs getuige van een nieuw nationaal polsstokrecord én een nieuwe Belgische bestwaarde in de 60mH. De ranglijstaanvoerders kweten zich trouwens prima van hun taak, want bijna iedereen pakte ook een gouden medaille. Dat was bij de meisjes toch enigszins anders want daar liet bijna de helft zich verrassen. Net daardoor werd het wel een zeer spannend kampioenschap.



Rafael Franzini (r) en Loris Quentin (l)
Foto Luc Dequick

JONGENS HERTEKENEN RANGLIJSTEN

De polsstokspringers hadden bijzondere plannen! Niet helemaal onterecht trouwens want Owen Verset/MOHA had zich eerder dit seizoen met 4m15 al op de vijfde plaats van de ranglijst aller tijden gehesen en ploegmakker Rafael Franzini (eerder al 3m95) popelde om in diezelfde lijst terecht te komen. Toen Thias Van Rompaey/ROBA (3m60) na drie nulpogingen op 3m70 afhaakte waren de atleten uit Mons al zeker van goud of zilver. Beide jongens sprongen lustig verder en gingen allebei over 4m20. De lat werd dan op 4m30, oftewel 4cm hoger dan het Belgische record van Alexandre Pinte/SER, gelegd en Verset klaarde die klus bij zijn eerste poging. Zijn collega lukte deze hoogte niet maar hij werd bekroond met zilver én een vijfde plaats aller tijden. De titel was op dat moment al binnen, maar Owen Verset ging ook nog over 4m35 waardoor dit nieuwe nationale record nog wat extra in de verf gezet werd.

De LBFA-atleten waren trouwens in hun sas voor eigen volk, want in Louvain-La-Neuve gingen maar liefst 5 van de tien jongentitels naar Franstalige atleten. Dat waren er bijna slechts vier, want in de 200m moest

de finishfoto bestudeerd worden om Déo-dato Seno/ULA en JimVan Bael/TUAC uit elkaar te houden. Beide jongens klokten namelijk 23"15 na een spannende strijd maar Déato bleek de baanronde enkele duizendsten van een seconde sneller afgehaspeld te hebben. Van Bael kreeg dus het zilver maar voortaan staan ze allebei op de zevende plaats van de eeuwige ranglijsten. Van Bael, die trouwens als derde gerangschikt stond in de 60m, haalde op de kort-

ste sprintafstand nog een tweede zilveren medaille. Hij verbeterde zijn PR tot 7"31 en hield daarmee Lucas Van Nespens/ACW (7"32) amper één honderdste achter zich. Winnaar Henry Labbaci/CSF, die trouwens pas eerstejaars is, won in een mooie 7"26 (10eAT). In het kogelstoten kleurde het volledige podium wel Vlaams. Met 14m48 in zijn eerste worp zette Seppo Pauwels/ACW de tegenstand alvast schaakmat, maar in de vijfde beurt zou hij zelfs 15m98 stoten. Daarmee verbeterde hij zichzelf met ruim 70cm en komt voortaan ook op de achtste plaats van de allertijdenlijsten terecht. Om vader Bart te bedreigen moet er nog een metertje bij want die staat op plaats 3 met 16m95. Op het volledig Oost-Vlaamse podium werd Seppo geflankeerd door Arne Claeys/STAX (13m84) en Tristan Van Laecke/KAAG (13m72).

QUENTIN MET DUBBEL

Er was ook één atleet die met twee nationale titels huiswaarts keerde. Loris Quentin/OSGA was namelijk de beste in het verspringen én de 60mH. In de reeksen van die hordenrace liep hij naar een zeer bescheiden 8"55 terwijl hij ingeschreven stond met een PR van 8"23. Concurrent Rafael Franzini/MOHA zette wel meteen druk want hij liep met 8"20 zowaar een nieuw Belgisch record in de reeksen. In de finale begint iedereen opnieuw vanaf nul en klokte Quentin een winnende 8"24 terwijl Franzini twee honderdsten later finishte. De atleet uit Saint-Ghislain maakte het in het verspringen minstens zo spannend. Na 5 sprongen stond er een zeer matige 6m11 op het scorebord. Daardoor stond Flavio Van Loo/ACME (6m19) plots



Podium kogel cadetten: Seppo Pauwels (m), Arne Claeys (l) en Tristan Van Laecke (r)
Foto Luc Dequick

in polepositie om de Belgische titel te overen. Het venijn zat hem echter in de staart want Quentin sprong plots 6m46 en won de competitie. Van Loo moest niet té lang treuren, want in de 400m mocht hij wel feesten! Corentin Uhoda/ULA liep in de voorlaatste reeks 54"36 en pakte daarmee brons. Flavio kende echter weinig problemen om Brent Saelens/VITA (53"56) achter zich te houden in de finalerace waardoor hij dus wel een gouden plak veroverde.

OOST-VLAMINGEN HEERSEN

In de drie overgebleven atletieknummers was het telkens Oost-Vlaanderen boven. In de 800m leek het zelfs op een veredeld clubkampioenschap voor Eendracht Aalst. Zowel het goud als het zilver ging naar de Carnavalsstad. Renu De Samblancx/EA en clubgenoot Kilani Njema stonden al broederlijk naast elkaar op de deelnemerslijsten en zouden dit ook tijdens hun wedstrijd blijven doen. Het ging wel relatief traag want ze zouden niet in de buurt van de 2'00, zoals eerder dit seizoen, komen. Renu sprintte iets sneller en pakte goud in 2'06"49 terwijl Kilani (2'07"18) zilver veroverde.

In het hinkstap opende Jannes Huyghe/AVLO met 11m98 en dat zou al meteen de winst betekend hebben want zilveren Sten Coene/KAAG sprong uiteindelijk 11m75. Volledig bevrijd sprong Jannes in zijn laatste beurt 12m29 waarmee hij zijn PR met 16cm aanscherpte. Mohamed-Reda Chemmakh/ACW had het in het hoogspringen dan weer heel wat moeilijker want polsstokwinnaar Owen Verset wou van geen wijken weten. Beide atleten gingen over 1m83, maar de atleet uit het Waasland had daar beduidend minder pogingen voor nodig en won het goud.



Cadet Flavio Van Loo haalde zilver in het ver
Foto Luc Dequick

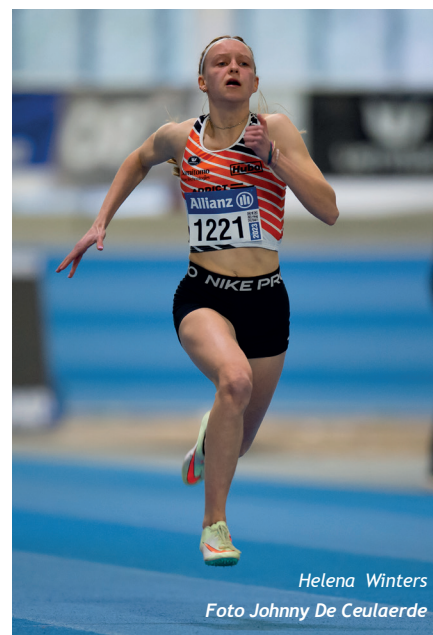
MOHA HEERST BIJ DE MEISJES

Met maar liefst drie van de tien titels bij de cadetten meisjes kroonde MOHA zich alvast tot de meest gelauwerde club. De atletes uit Henegouwen blonken uit in de kampnummers en mochten vooral Elis Lhote danken met haar dubbeltitel in de horizontale springnummers. In het verspringen begonnen zowel zij als medefavoriete Maya Wintquin/RFCL met een nulsprong waardoor Ella Hauquier/ROBA, eventjes aan de leiding kwam. Zij zou uiteindelijk het brons veroveren met 5m21. Met respectievelijk 5m37 en 5m51 in de tweede en derde beurt zette Lhote de wedstrijd echter volledig naar haar hand. Wintquin moest wachten tot haar 5de sprong om op plaats twee terecht te komen met 5m35.

In het hink-stap-springen een vrijwel gelijkaardige situatie voor de atlete uit Mons maar dan met andere tegenstrevers. Het begon andermaal met een ongeldige poging maar daarna sprong ze 11m07 en 11m38. Niemand van de andere deelnemers sprong ooit al over de 11m waardoor Lhote toen al zegezeeker was. Met Janne Vergote/RIEM (10m89) en Jietse Morteale (10m56), die nochtans pas vijfde gerangschikt stond, stonden er toch nog 2 VAL-atletes op het podium. Verrassing in het kogelstoten waar ranglijstaanvoester Laure Plaetevoet/HCO genoeg moest nemen met zilver. Met 12m19, die ze bij haar eerste worp neerzette, kwam ze niet in de buurt van haar PR dat 12m80 bedraagt. Maëlle Perini/MOHA werd echter één van de verrassingen van de dag met maar liefst 4 worpen voorbij haar persoonlijk record. De kers op haar taart kwam er door 12m90 te stoten in de laatste beurt waardoor de overwinning nog wat extra glans kreeg.



Podium 60m cadetten: Henry Lobbaci (m), Jim Van Bael (A) en Lucas Van Nespren (r)
Foto Luc Dequick



Helena Winters
Foto Johnny De Ceulaerde

VERRASSEDE WINNARESSSEN

In drie andere atletieknnummers greep de favoriete ook naast de Belgische titel. Zo nam Marie Vermeulen/ROBA tot tweemaal toe een serieuze hap uit haar horden-PR. Ze verbeterde zich van 9"17 tot 9"06 in de reeksen en snelde in de finale naar een bijzonder mooie 8"83. Ook H el ene Deckers/LOOI, die op voorhand als 5de gerangschikt stond en 8"91 klokte, liep een stevig persoonlijk record en pakte zilver. Het brons in de 60mH ging naar Elena Walraet/HAC (8"92).

In de 800m was het uitkijken naar de prestaties van Alicia De Boeck/ACW want de Wase atlete topte de deelnemerslijsten met 2'17"73 en had daarmee een voorsprong van bijna 3 seconden op de concurrentes. In een prangende sprint was het echter Janne Vergote/RIEM die de overwinning binnenhaalde. Met 2'18"56 liep ze heel wat sneller dan ooit voorheen en verwees ze Alicia (2'18"96) naar het zilver. Ook Eppe Decru/ZWAT (2'21"72) mocht mee op het podium.

Fien Hannes/ACHL en Enola Verschelden/DEIN werden in de deelnemerslijsten van het hoogspringen met amper  en centimeter van elkaar gescheiden. De Kempense sprong eerder dit seizoen over 1m64 en bleef tot en met 1m61 foutloos waardoor ze haar favorietenrol leek waar te maken. Op 1m63 liep het echter mis want Fien liet de lat driemaal vallen terwijl Enola bij haar laatste poging deze hoogte wel lukte. De titel ging dus naar de atlete uit Deinze. Enola liet de lat vervolgens tevergeefs op 1m65 leggen.

LOGISCHE TITELS

Helena Winters/ABES leek op voorhand de



4 cadetten op het polsstokpodium:
VLNR: Ma lle Ory, Noor Declercq, Faustine De vos en Elisa Carminati, Foto Johnny De Ceulaerde

gedoodverfde favoriete in de 60m en liet tijdens de reeksen al meteen een stevige 7"77 noteren. Ook in de finale was ze oppermachtig en meteen na het startschot snelde ze weg van alle tegenstrevers. Op de klok stond er 7"79 en dat was acht honderdsten sneller dan zilveren Ilona Dhaverns/DEIN.

In de 200m pakte Winters brons in 25"65 en ging de strijd voor de Belgische titel tussen Maya Wintquin en Marie Vermeulen die allebei dus eerder al een medaille konden veroveren. Wintquin pakte, na het zilver in het verspringen, een gouden medaille in 25"28 terwijl een zichzelf verbeterende Vermeulen de baanronde in 25"57 afhaspelde. Guinevere Cruyts/TACT kweet zich van haar taak door resoluut de leiding te nemen in de 400m en zichzelf nog te verbeteren van 59"10 tot 58"37. Zij mag zich alvast  en jaar lang de nieuwe Belgische kampioene noemen.

En in het polsstokspringen mochten 4 meisjes het podium bestijgen want het brons ging naar Faustine De Vos/AVLO en Elisa Carminati/USBW die een identiek parcours aflegden en over 2m90 sprongen. Ma lle Ory/WACO ging nog 5 centimeter hoger maar zag haar competitie daarna eindigen waardoor de winst naar Noor Declercq/AZW ging. Zij wipte bij haar eerste poging over 3m00 en 3m10 maar dat was ook het eindstation. Ze liet de lat nog op 3m21, wat een nieuw PR zou betekend hebben, leggen maar tevergeefs.

TEKST: Johan Permentier



H el ene Deckers
Foto Johnny De Ceulaerde



Hanne Smit
Foto Johnny De Ceulaerde

Behind you for what's ahead



NAFY THIAM MET STRAF KOGELRECORD

Nafy Thiam stal de show op het BK. Ze knalde het BR kogel (16m50 van Myrthe Van Der Borgh in 2018) van de tabellen met een fabuleuze verbetering tot 17m30. Voorts viel bij de meisjes vooral het mooie globale niveau op. Met op de spurt een knalprestatie van Camille Sonnevile (60m in 7"58), een mooie 6m04 in het ver van Laura Ooghe en polsstokspringer Kyani Joosten die met 3m88 haar record 16cm hoger tilde. Bij de jongens zagen we een krachtig kogelstotende Kamiel Van Raemdonck en een duik onder de 22 seconden op de 200m van Xavier Rousseau.



De 200m scholieren met een dominante Xavier Rousseau (2277)

Foto Luc Dequick

JONGENS SPURTEN ZICH IN DE BOEKEN

In de reeksen van de 60m stak Louis Lorette/CABW erbovenuit met een persoonlijk record van 7"09. In de finale bevestigde hij met een vlotte zege in 7"08. Hij deed er een tweede gouden plak bij, want ook op de 60m horden stak hij er met kop en schouders bovenuit met winst in de finale in 7"92 en 7"95 in de reeksen. Dat zijn ferme chrono's. Met z'n 7"92 komt hij op de elfde stek aller tijden. 2 PR's en een knappe dubbel, dat is een perfect rapport. In de 200m tekende zijn clubmakker Xavier Rousseau voor een zeldzame duik onder de 22 seconden. De klok stopte op 21"99 en daarmee kroonde hij zich afgetekend tot nationaal kampioen. Met z'n chrono prijkt hij op een mooie vierde plek op de ranglijst aller tijden. Eerstejaarsscholier Louis Smeets/BERT (22"46) en Wout Boeckx/ACHL (23"01) mochten naast hem plaatsnemen op het podium.

De 400m bleek een kolfje naar de hand van Yannick Delanghe/HAC. Hij volbracht zijn twee indoorbaanrondjes in 50"20 en gaf zo Mateo Bogaert/ASVO (zilver in 50"73) en Amadeo Cortes Leclou/RFCL (50"75) het nakijken. De 800m draaide uit op een tactische strijd. Martin Courtois had het sterkste eindshot in huis. Hij zorgde zo voor het zoveelste succes voor zijn club CABW. De winnende tijd van 1'58"06 was bijzaak.

Topfavoriet, kersvers Belgisch crosskampioen Sem Serrano/KAAG, moest deze keer tevreden zijn met brons in 1'59"38. Diego Rockx/SER (1'58"87) ging hem nog vooraf met zilver. De 800m was de langste afstand van de dag, want een 1500m staat niet geprogrammeerd op het BK indoor cadetten en scholieren.

LUCCA GOOSSENS ZILVER (VER) EN GOUD (HINKSTAP)

De verspringers moesten al om 9u30 aan de (zand)bak. Na een spannende competitie prijkte Milan Desmet/AVKA bovenaan met 6m50. De vice-Belgisch cadettenkampioen meerkampen outdoor van 2021 had ongeveer een halve voetlengte marge op Lucca Goossens/ATLA (6m40) en eerstejaars Finn Coene/KAAG (6m38). Goossens wist nog wel de titel in het hink-stap-springen te veroveren. De Limburger deed dat in stijl met een reeksje van vijf sprongen van dik voorbij de 13m waarbij de laatste de verste was: 13m56.

In het polsstokspringen zorgde Flor Lambrechts/AVT ei zo na voor een nieuw Limburgs succes. Na een slopende, spannende competitie eindigde hij ex aequo op 4m30 met Jean-Lou Barthelemy/MOHA. De Waalse springer had iets minder foutsprongen nodig en mocht de gouden medaille mee naar huis nemen. Siebe Noppe/VOLH (4m20) vervolledigde het podium. Dan rest ons nog één springnummer: het hoogspringen. Dat draaide uit op een volledig Waals podium met Alexander Comte/SMAC (1m96), Americ Evrard/SER (1m94) en Martin De Greef/CFS (1m92) die nipt eerstejaars Lorenzo Nys/DCLA (ook 1m92) van het podium hield omdat hij geen foutsprongen liet noteren tot en met 1m92.



Podium ver scholieren met Yannick Delanghe (m), Lucca Goossens (l) en Finn Coene (r)

Foto Luc Dequick

KAMIEL VAN RAEMDONCK 17M57 MET DE KOGEL

In het kogelstoten deed Kamiel Van Raemdonck/KAAG meer dan zijn favorietenrol waarmaken. De beloftevolle atleet, die switchte van atletiekclub SPBO naar KAAG, stootte de 5kg zware kogel 17m57 ver. Slechts drie Belgische scholieren (nationaal recordhouder Ilya Defrère met 18m62, Alexander Anthonissen/KAPE met 18m05 en Bart Pauwels/ACW met 17m83) deden ooit beter in zaal.



Kamiel Van Raemdonck
Foto Luc Dequick

MEISJES: CAMILLE SONNEVILLE LE SUPERSNEL

In de reeksen van de 60m gaven Djemine Kudura/CABW en Camille Sonnevile/KAAG meteen een stevig visitekaartje af. Met chrono's van 7"60 (eerstejaars Djemine) en 7"61 (Camille) kondigde zich een spannende finale aan. Camille Sonnevile draaide de rollen om in de finale. Dankzij een prachtijid van 7"58 kaapte ze de Belgische titel weg vlak voor de neus van haar Waalse tegenstandsters die het met 7"59 beter deed dan ooit. Kezia Panzica/CRAC (7"77) maakte het podium compleet. Sonnevile en Kudura wurmen zich nipt in de top tien aller tijden op respectievelijk plek 7 en 10. De toekomst van de vrouwenspurt lijkt verzekerd met deze veelbelovende prestaties van de youngsters.

400M-GOUD VOOR ANNE-SOPHIE BREMANS

Belgisch scholierenrecordhouder verspringen indoor met 6m13 Laura Ooghe/HAC toonde dat ze veel meer in haar mars heeft dan verspringen. In de reeksen van de 60m horden flitste ze naar 8"64, de snelste tijd van alle deelnemsters. In de spannende finale moest ze de duimen leggen voor de sterke eerstejaars Kezia Panzica/CRAC die de klok deed stoppen op 8"53. Ooghe deed het opnieuw prima (zilver in 8"49) en In Impens/KAAG (8"74) mocht het brons in ontvangst nemen. Op de 200m kwam er een Limburgs succes uit de bus. Lauren Petroci-Coninx/GENK dook onder de 25 seconden. 24"97 was haar winnende tijd. Op de dubbele afstand was Anne-sophie Bremans/ACHL afgetekend de snelste. De atlete uit Hoogstraten, die vorig jaar veel in Engeland vertoefde in het kader van een Erasmus-jaar, snelde naar en puike tijd van 55"70. Ze trekt zo de lijn door van haar

sterke outdoorseizoen van 2022. Vorig jaar won ze nog zilver op het BK indoor bij de scholieren. In de 800m werden er slechts 2 reeksen gelopen. De winnares met de weluidende naam Cyrielle Henriques de Granada/WS klaarde de klus in 2'17"52.

KYANI JOOSTEN KLIMT WEER WAT HOGER

Niet verrassend ging Laura Ooghe met de verspringtitel aan de haal. Haar Belgisch record van 6m13 bleef dan wel overeind, de regelmaat die ze dit indoorseizoen aan de dag legde is ronduit indrukwekkend. In meerdere wedstrijden sprong ze met schijnbaar gemak voorbij de 6m. Met winst met 6m04 sloot ze haar superindoorseizoen in stijl af. Margot Atsakena Nkono/USTA (zilver met 5m62) en Martha Geerardyn/ACW (brons met 5m47) flankerden haar op het podium.

In het polsstokspringen domineerde Kyani Joosten/SACN uit fusiegemeente Pelt opnieuw. Ze legde een mooi sprongenparcours af met als eindstation haar winnende 3m88 waarmee ze haar PR nog maar eens verbeterde. Niet toevallig liet ze na haar 3m88 de lat op 3m91 leggen, want dat zou een derde prestatie aller tijden indoor betekenen. Maar op die hoogte viel de lat drie keer naar beneden. Hoe dan ook klimt ze met haar 3m88 naar de zesde stek op de ranking.

In het hoogspringen stak Svea Van Laere/AVLO de titel op stak. Ze bleef volledig foutloos tot en met 1m69 waarmee ze zich van goud verzekerde. 1m71 bleek nog nipt te hoog. Maité Potvin/KAAG (1m67) en Marina Kovtunova/AVT (1m65) werden twee-



Podium 400m scholieren met Anne-sophie Bremans (m), Emma De Paep (l) en Annah Mortant (r)
Foto Johnny De Ceulaerde

de en derde. Victoria Mihaylova/CSF bleek met 11m65 overtuigend de sterkste in het hink-stap-springen.

NAFY THIAM KOGELT 17M30

Afsluiten doen we met de strafste scholierenprestatie van dit Belgisch kampioenschap. Nafy Thiam begon de competitie met een mooie 15m67 en liet daarna nog pogingen van 15m06, 15m65 en 15m12 optekenen. Maar het beste bewaarde ze voor haar zesde en laatste beurt. 17m30 (in de uitslag stond 17m31, maar dat werd nog gecorrigeerd). Bam! Een Belgisch record! Een zeer spectaculaire recordverbetering (het vorige BR van Myrthe Van Der Borght/VS uit 2018 bedroeg 16m50). Zeker als je in het achterhoofd houdt dat Thiam nog eerstejaars (geboortjaar 2007) is. Op het BK cadetten en scholieren indoor van vorig jaar pakte ze nog het nationale cadettenrecord met 14m69. Een jaar later doet ze nu bijna 3 meter beter. Op het podium werd ze geflankeerd door twee blauwhemden van Ac Herentals: Lenne Jacobien (zilver met 13m94) en Martha Van Ballaer (brons met 13m80).

TEKST: Bart Spruijt



Het polsstok bij de scholieren met Kyani Joosten
Foto Johnny De Ceulaerde



COVER Owen Verset
Foto Luc Dequick



Laura Ooghe, Foto Johnny De Ceulaerde

Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 11 - Woensdag 8 maart 2023

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde en Luc Dequick
TEKST: Johan Permentier (cadetten) en Bart Spruijt (scholieren)

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, website, mail, fotokopie of op welke wijze ook, zonder voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. Teksten en foto's blijven eigendom van de auteur en fotograaf.