

@LETIEKLEVEN

IFAM INDOOR EN BK 4X200M



ROSIUS NAAR EK INDOOR, BOUMKWO ALWEER MET BR

De negende editie van de IFAM indoor is er eentje geworden om te blijven herinneren. Vooral drie sterke vrouwen uit eigen land waren daarvoor verantwoordelijk. Jolien Boumkwo verbeterde haar eigen Belgisch record in het kogelstoten, Delphine Nkansa en Rani Rosius waren pijlsnel over 60 meter. Voor die laatste betekende dat een EK-kwalificatie, Nkansa had die al op zak. En dan waren er nog twee jeugdige nationale juniorensrecords om de meeting verder op te fleuren: Jaron De Vriese in de 200 meter en Kylie Lambert in de 300 meter. Enig minpuntje: de publieksopkomst viel tegen en was niet in lijn met het mooie deelnemersveld.

GOEDE TEST VOOR VIDTS

Het hoofdprogramma werd opgang gebracht met het hoogspringen bij de vrouwen. Naast de specialisten kwamen ook de deelnemers aan de speciaal ingerichte meerkamp in actie. De winst was voor Merel Maes/ACW met 1m83, amper twee centimeter onder haar seizoensopener waarmee Maes de Vlaamse titel pakte. De Nederlandse Glenka Antonia ging ook over 1m83. Ze had daarvoor een poging meer nodig dan Maes, wat haar bijgevolg een tweede plaats opleverde. Noor Vidts/VAC deed het bijzonder goed met een derde plaats en 1m80. In het kogelstoten, de tweede discipline in de meerkamp, deed Vidts het opnieuw goed met 13m77. Op de horden kwam Vidts in de reeksen tot 8"38. In de finale kwam de wereldkampioene indoor niet meer in actie. Laura Van den Brande/VAC kwam ook in actie op de speciaal voorziene meerkamp en liet een goede indruk na. Op de 60m horden bleef ze amper drie honderdsten boven haar PR met 8"94 en in het hoogspringen deed Van den Brande het met 1m70 ook goed. In het kogelstoten lukte ze wel een nieuw PR met 11m96 en komt de twaalfmetergrens bijzonder dichtbij. Een paar dagen eerder liet Van den Brande haar goede vorm al zien in het Franse Aubiere en in Gent bevestigde ze haar progressie.

511

Allianz

VLAAMSE
ATLETIEKLICHA

indoor en nestelt zich net voor Manon De-puydt/ACME (37"89) op de derde plaats.



Helena Ponette sterk op de 300m en de 400m.
Foto Johnny De Ceulaerde

PONETTE SCHUIFT OP

Het werd een drukke dag voor Helena Ponette/HCO afgelopen zaterdag in de Topsporthal. In het voorprogramma kwam ze in actie op de 400m en met 53"38 was ze duidelijk de beste. Messalina Pieroni/AVLL werd tweede Belgische met 55"25 en scholiere Zoë Laureys/DUFF bleef met 55"53 in de buurt van haar 55"20, die Laureys in 2022 op de derde plaats op de ranglijst aller tijden bracht bij de scholieren. Ponette klimt wel hoger op de ranglijst aller tijden, want ze schuift op naar een gedeelde zevende plaats met Sandra Stals/RCG. In het hoofdprogramma kwam Ponette nog een tweede maal in actie. Samen met Naomi Van den Broeck/ROCA ging ze van start op de 300m. Ondanks die snelle 400m van eerder op de dag, trok Ponette opnieuw aan het langste eind met 37"41 voor Van den Broeck met 37"73. Met die knappe tijden halen de Cheetahs de top tien aller tijden stevig door elkaar. Ponette komt binnen op de tweede plaats en moet enkel nationaal recordhoudster Cynthia Bolingo/CABW met een stevige 36"69 voorlaten. Van den Broeck is de vierde landgenote ooit die onder 38 seconden blijft op de 300m

In hun zog liep juniore Kylie Lambert/CABW naar 38"11, een verbetering van haar PR van 38"59. Ze dook ook onder het nationale record van Nenah De Coninck/KAAG (nu ACME). In 2015 klokte de Dron-gense 38"49, maar na zaterdag komt dat Belgisch record voor juniore op naam van Kylie Lambert.

BOUMKWO BEVESTIGT MET NIEUW BR

Het verspringen kende een sterk internationaal deelnemersveld met Sennah Vanhoeijen/DEIN als enige Belgische deelnemster. De meerkampster werd zevende



Noor Vidts werkte een geslaagde driekamp af.
Foto Johnny De Ceulaerde

met 5m95. De winst was voor de Nederlandse Pauline Hondema, die liefst drie keer haar persoonlijk record verbeterde en met 6m57 de derde Nederlandse prestatie aller tijden indoor neerzette. In het kogelstoten kende Jolien Boumkwo/VAC een geweldige seizoenstart. Met 17m01 brak ze vorige week opnieuw de zeventienmetergrens sinds haar comeback en pakte ze ook het Belgisch record. Zaterdagavond verzilverde Boumkwo die goede vorm opnieuw. Ze opende met een indrukwekkende 17m24, een pak verder dan voorheen en opnieuw een Belgisch record. Een uitgelaten Boumkwo zorgde daarmee een week na de Allianz Vlaamse Kampioenschappen Indoor opnieuw voor een van de hoogtepunten in de Gentse Topsportthall. Nadien volgden nog degelijke afstanden met onder meer 16m78 en 16m75. De tweede plaats was voor Elena Defrère/KAAG met 15m53, een nieuwe indoorbeste.

CLAES MET PR

Hanne Claes/DCLA, Margo Van Puyvelde/ASVO en Nina Hespel/DCLA kregen een plaatsje in het hoofdprogramma op de 400m. Van Puyvelde en Hespel gingen van start in de eerste reeks, waar we een gesloten wedstrijdverloop kregen. Van Puyvelde zat bij het ingaan van de laatste ronde achteraan het pak, maar remonteerde de rest bij het uitkomen van de bocht. De laatste recht lijn kreeg ze echter moeilijk en kwamen Hespel en de Duitse Annkathrin Hoven nog net voorbij. Hespel won in 55"19 voor Hoven (55"20) en Van Puyvelde (55"31). In de tweede reeks kende Hanne Claes een uitstekende start en de Leuvense volgde aandachtig in het spoor van de Britse Laviai Nielsen. De Britse behield de leiding en won in een sterke 52"44. Claes volgde als tweede en dook eveneens onder 53 seconden.



Merel Maes op niveau in het hoogspringen.
Foto Johnny De Ceulaerde

Met 52"97 klokt ze een nieuw indoorrecord. Die sterke prestatie zorgt ervoor dat de Cheetahs opschuiven naar de zesde plaats op de Europese ranking en momenteel virtueel geplaatst zijn voor het EK Indoor op de 4x400m.

Geen Camille Laus/OEH op de 400m, want Laus opteert deze winter voor de 800m. In de eerste van twee reeksen volgde Laus nauwgezet in het spoor van haas Hanne Maudens/V5. Na het uitstappen van de haas moest Laus een plaatsje prijsgeven, maar op het einde liet ze haar kenmerkende eindsprint opnieuw spreken met winst in een knappe 2'05"98. Daarmee deed ze een pak beter dan een week voordien, wanneer Laus 2'09"02 klokte tijdens haar debuut op de 800m. In de tweede reeks was Rani Baillievier/OLSE aan zet. Baillievier volgde achteraan een grote groep. Op het einde kon ze nog enkele plaatsjes opschuiven om

te finishen als achtste in 2'06"76. De winst was voor de Franse Agathe Guillemot met 2'03"67. In het voorprogramma was Elena Kluskens/LEBB de beste over de vijf reeksen heen met 2'08"89. Op de 1500m kregen we een Nederlandse overwinning, want Marissa Damink won overtuigend met 4'15"80. Mariska Parewyck/EA was beste Belgische met een vierde plaats en 4'21"19. Jenna Wyns/VAC liep als negende over eindmeets na 4'24"53.

ROSIUS EN NKANSA TOP

Op de 60m in het voorprogramma waren Manon Depuydt/ACME en Janie De Naeyer/HAKI de beste met 7"59. De fotofinish duidde Depuydt als winnaar aan, maar beide kregen een plaatsje in de reeksen van de 60m in het hoofdprogramma. Tijdens de reeksen van de 60m in het hoofdprogramma lieten de Belgen zich meteen opmerken. Delphine Nkansa/RESC was de snelste van het pak in een nieuw PR met 7"22. Rani Rosius/AVT deed amper onder met 7"23 en de limiet voor het EK Indoor (7"24). Daarmee spoelt Rosius de ontgoocheling van de naar boven gecorrigeerde chrono tijdens het KVV door, waardoor ze nipt de limiet miste. Nkansa was al zeker van het EK en krijgt nu het gezelschap van Rosius in Istanboel. Rani Vincke/HAC (7"35 in de finale, PR) en Elise Mehuys/AVLL (7"41 in de reeksen) lieten zich ook opmerken met snelle chrono's, waardoor The Belgian Rockets hun opmars verderzetten.

In de reeksen van de 60m horden klokte Anne Zagré/RESC een degelijke 8"22 en in de finale deed ze lichtjes beter met 8"18. Voor het EK Indoor heeft Zagré 8"03 nodig, hoewel Zagré een grote kans maakt om zich via de rankings te plaatsen. De winst was voor de Nederlandse Maayke Tjin A Lim met 8"09 voor de Estse Diana Suumann, die met



Mariska Parewyck liep een mooie 1500m.
Foto Johnny De Ceulaerde

8"13 een nieuw Ests record neerzette. De eerstejaars juniore Noor Koekelkoren/DCLA werd tweede Belgische met een nieuw PR van 8"57.

REACTIES

Rani Rosius/AVT (3de 60m met 7"26 en 7"23 in de reeksen): "We kwamen vandaag om die limiet te lopen. Vorige week was het echt balen. Dus ik was toch een beetje voorzichtig toen ik mijn chrono zag tijdens de reeksen, maar ditmaal was het wel raak. De komende wedstrijden loop ik voor wat ik waard ben en niet meer met die limiet in mijn achterhoofd. Op vrijdag volgt Berlijn en op zondag een wedstrijd in Dortmund. En nadien nog het BK voor we focussen op het EK."

Delphine Nkansa/RESC (1ste 60m met 7"21 en 7"22 in de reeksen): "De dag verliep heel goed en ik ben ook ontzettend tevreden met deze twee chrono's. Het geeft vertrouwen om tweemaal onder mijn vorige PR te lopen. En hopelijk kunnen we binnenkort nog een beetje sneller gaan."

Anne Zagré/RESC (4de 60m horden met 8"18 en 8"22 in de reeksen): "De chrono is degelijk, dus dat is positief. Maar ik raakte enkele horden in de reeksen en de start was niet ideaal tijdens de finale. Als ik die twee goed kan omzetten, dan volgt die goede chrono wel. Ik heb niet veel races met het oog op het EK Indoor. Nu volgen nog twee competities, dus we gaan ons best doen."

Hanne Claes/DCLA (2de 400m met 52"97): "Ik ben echt wel tevreden van deze wedstrijd. Het is nog maar mijn tweede race, dus het kan zeker nog beter. Mijn foulée blijft wel een werkpuntje. Omwille van de horden heb ik een grote foulée, maar indoor is het altijd even wennen om die aan te



Elena Defrère

Foto Johnny De Ceulaerde

passen aan de scherpe bochten. Het is wel leuk om de trainingen te doorbreken, want anders is het lang tot aan de zomer. Met de Cheetahs verdienen we onze plaats op het EK en het is ook mogelijk, dus daar gaan we gaan voor."

Jolien Boumkwo/VAC (1ste kogel met 17m24, BR): "Als ik me op voorhand heel goed voel, zou ik me misschien meer forceren. Vandaag voelde ik me net niet geweldig en ik wou vooral genieten van de wedstrijd. Die ontspanning heeft wellicht geholpen. Na die eerste poging was het moeilijk om me opnieuw te concentreren. Ik had eerlijk gezegd zin om te stoppen, maar dat doe je uiteraard niet. Mijn omkadering zit momenteel ook heel goed. Met Tom Corstjens heb ik nu één trainer voor alles. Hij luistert ook naar mijn input en neemt me serieus. Ik ben opnieuw gestart met atletiek met Parijs 2024 als grote doel. Die 17m24 is mooi, maar nog niet voldoende. Ik ben tevreden met elke stap, maar we

blijven verder werken."

Pauline Hondema (1ste ver met 6m57): "Ik had vorige week al een goede wedstrijd gesprongen, maar het was nog niet zo constant. Vandaag zat die consistentie een pak beter. Naarmate de wedstrijd vorderde, voelde ik me steeds zekerder. Dus echt een topwedstrijd. De ranglijsten aller tijden hield ik met een schuin oog in de gaten. En dat ik nu derde sta, is ongelofelijk fijn. De komende weken spring ik nog een aantal wedstrijd, dus wie weet wat er nog mogelijk is."

TEKST: Ben Ghyselincx



Angel Agwazie

Foto Johnny De Ceulaerde



Delphine Nkansa

Foto Johnny De Ceulaerde

Behind you for what's ahead



JUNIOR JARON DE VRIESE PIJLSNEL OP DE 200M

Enkele jonge sprinters hebben zichzelf nadrukkelijk in de kijker gezet op de IFAM indoor. Jaron De Vriese knalde naar een knap BR indoor op de 200m van 21"22. Een veelbelovende chrono. Elie Bacari bewees nog eens zijn potentieel op de 60m horden met een puike tijd van 7"86. Op de 3000m strandde John Heymans op anderhalve seconde van de EK-limiet, maar z'n chrono van 7'45"48 mag er wezen. De mannen van AVLL en de vrouwen van RCG grepen het goud op het BK 4x200m.

ELIE BACARI GEEFT VISITE-KAARTJE AF STRAFFE JARON DE VRIESE

Elie was niet de enige jongere die van zich

want Killian Mersseman/ASVO liep zich met 48"42 in de Belgische top tien aller tijden. Christian Iguacel/AVLL klokte 46"97, terwijl er 46"35 nodig is voor Istanboel. De nog maar twintigjarige Adrien Devriendt/ACME liep naar een mooie 47"89. De winst ging in 46"59 naar de Roemeen Mihai Sorin Dringo.

TOPCHRONO JOHN HEYMANS

Het En dan over naar een van de klapstukken van de avond. De 800 meter kondigde zich als bijzonder hoogstaand aan met een duel tussen kersvers Belgisch recordhouder Tibo De Smet/RCG en zijn voorganger Eliott Crestan/SMAC. Twee toppers uit eigen land in één discipline, bijzonder zeldzaam. Tibo heeft overigens nog altijd de beste wereldjaarprestatie op zijn naam staan. Hij startte vol vertrouwen en ging vroeg in de wedstrijd, na het uitstappen van de haas, naar de kop. Eliott had zijn wedstrijd echter beter ingedeeld en ging er in het slot overheen. Maar ook dat was nog niet genoeg voor winst, want die was voor de Fransman Azeddina Habz in 1'46"85. Eliott was tweede in 1'46"88, Tibo derde in 1'47"63. Beide Belgen zijn al geplaatst voor het EK. Dat laatste geldt niet voor Stijn Baeten/DCLA in de 1.500m. Hij ging zaterdag op zoek naar de vereiste 3'37"40, maar bleef er ver boven met 3'43"25. De winst was voor de Nederlander Robin Van Riel in 3'40"94. De eer om de meeting neer te leggen was voor de mannen van de lange adem in de 3.000m. Daar liep John Heymans/DCLA een agressieve, verantwoordelijke wedstrijd waarin hij veel kopwerk voor zijn rekening nam. Het leverde hem een geweldige 7'45"48 op, waardoor hij zich de vijfde Belg aller tijden mag noemen. Helaas is het net niet genoeg

515

Allianz

VLAAMSE
ATLETIEKLICHA

Het hordedebat met een sterke Elie Bacari (rechts)
Foto Johnny De Ceulaerde

Al een hele tijd kenmerkend voor de IFAM-meetings, indoor en outdoor, is dat er veel gevestigde Belgische atletiekwaarden present tekenen, maar dat er ook regelmatig nieuwe toptalenten hun neus aan het venster steken of doorbreken. Dat was afgelopen zaterdag niet anders. Elie Bacari/DCLA was degene die nog het meest aan die omschrijving voldeed. Dat hij een uitstekende tienkamper is, wisten we al, maar nu lijkt hij zich ook stilaan te ontpoppen tot hordeloper met internationaal potentieel. In de reeksen van de 60m horden snelde hij al naar 7"98, in de finale ging hij nog een stuk harder met 7"86. De EK-limiet van 7"64 is niet eens meer zo ver buiten bereik. Het zal waarschijnlijk niet meer voor dit jaar zijn, maar op zijn negentiende geeft Elie toch al zijn visitekaartje af. De winst was voor de Zweed Max Hrelja in 7"73. In de 60m zonder horden ging junior Ibrahim Camara/DACM hard met 6"95. Kobe Vleminckx/AVLL liep met een gezwollen enkel en moest vrede nemen met 6"78, vijftien honderdsten boven de EK-limiet. In de reeksen had hij al 6"79 geklokt. De winst was voor de Britse vedette Reece Prescod - afgelopen zomer nog goed voor 9"93 in de 100m - met 6"59.

liet spreken. In de 200m snelde junior Jaron De Vriese/ASVO naar 21"22, een nieuw Belgisch record. Dat stond al zestien jaar op naam van ene Jonathan Borlée met 21"35. Jaron komt de Europese top 40 aller tijden binnen. Heel straf. Over de dubbele baanronde ging er nog een andere junior snel,



Adrien Devriendt sterk op de 400m.
Foto Johnny De Ceulaerde

voor Istanboel, waarvoor 7'44"00 vereist is. Ook Ismael Debjani/CABW was op niveau met 7'49"08, waardoor hij achtste aller tijden wordt. De winst was voor de Fransman Bastien Augusto in 7'44"86. En we moeten toch ook één kampprestatie aanstippen, want Andreas De Lathouwer/VS lukte met de kogel een persoonlijk record van 17m38, goed voor een zevende plaats op de Belgische ranking aller tijden.

FAVORIETEN PAKKEN TITEL OP BK 4X200

Ter gelegenheid van de IFAM gaat traditiegetrouw ook het BK 4x200 meter door. Bij de vrouwen trad Racing Gent aan met precies hetzelfde viertal als toen ze drie jaar geleden het Belgisch record van 1'36"97 vestigden. Er stond geen enkele maat op Imke Vervaeke/RCG, Chloe Van der Meulen/RCG, Laures Bauwens/RCG en Justine Goossens/RCG. De klok stopte bij 1'37"31, niet zo gek ver boven het BR. Olympic Essenbeek Halle (1'40"52) en AC Waasland (1'40"63) mochten mee op het podium. "Ik denk dat ik voor iedereen van de groep spreek als ik zeg dat het een zeer leuke wedstrijd was die voor iedereen goed aanvoelde", zei Justine na afloop. "We kijken er elk jaar erg naar uit om dit als team te kunnen lopen, en dat we onze titel met nog een jaar kunnen verlengen, daar zijn we natuurlijk trots op. Het is ook extra leuk dat het BK op de IFAM wordt georganiseerd, want dat geeft een leuke sfeer en motivatie om te lopen." Bij de mannen was het spannender, zeg maar véél spannender. Het werd een strijd tot op de finish die uiteindelijk met vijf honderdsten beslist werd in het voordeel van AV Lyra-Lierse met Maarten Heylen/AVLL, Senne Segers/AVLL, Dylan Owusu/AVLL en Jan De Kinder/AVLL, die een clubrecord van 1'27"85 klokten. "Onze opstel-



Kobe Vleminkx spurtte met opgezwollen enkel en verbeet de pijn.

Foto Johnny De Ceulaerde

ling en tactiek was achteraf gezien goed", vertelde Dylan nadien. "Maarten die een zeer sterke eerste ronde liep en Senne die dan als eerste naar binnenkwam waardoor de tegenstanders langszij moesten komen. Mijn 200m zelf vond ik niet echt smooth. Ik heb al horen waaaien dat die van KAA Gent revanche gaan nemen op het BK outdoor, maar ik weet niet welke atleten ze daar voor gaan inschakelen."

REACTIES

Elliott Crestan/SMAC (tweede 800m in 1'46"88): "Mijn start was niet goed, heel slecht zelfs. Daar kan ik niet tevreden mee zijn, maar daarna liep ik wel een goeie wedstrijd, dus al bij al ben ik nog tevreden. Voor het BR heb ik de perfecte wedstrijd nodig, want die chrono van Tibo is echt beestig. Het is bijna twee seconden harder

dan vandaag. Heel lastig."

Tibo De Smet/RCG (derde 800m in 1'47"63): "Ik wilde graag sneller lopen, maar mijn slecht was start. In de eerste 100 meter heb ik het gedrum mijn eindschot al verschoten. Dat ik zo snel op kop kwam, was niet het probleem. Dat was de bedoeling. Het is een goeie oefening voor Istanboel, want daar zal er ongetwijfeld ook gedruwd worden. Het zijn dat soort zaken die ik nog moet leren. Ik heb nog niet veel 800 meters in zaal op niveau in de benen en het wordt ook mijn eerste indoortoernooi. Op het EK wil ik ervaring opdoen, maar ik ben daar niet om in de reeksen weggelopen te worden. Ik wil de finale lopen, maar er zijn natuurlijk maar zes plekjes."

John Heymans/DCLA (tweede 3.000m in 7'45"48): "Ik denk dat ik die seconde nog wel kan pakken volgende week als ik binnen geraak in een internationale wedstrijd. Dan ga ik vol voor de limiet. Daarna volgt op het BK nog een laatste kans. Ik ben keiblij met deze tijd, maar die limiet is echt een doel dat binnen mij vreet. Ik zeg het u: ik ga die limiet lopen. Ik wil harder. Toen ik voelde dat de race iets te traag ging, wilde ik niet het treintje volgen en eindigen met een slechte tijd. Ik nam mijn verantwoordelijkheid."

Jaron De Vriese/ASVO (BR junioren 200m in 21"22): "Ik keek wel uit naar de wedstrijd, omdat ik net klaar was met mijn examens. Er liep iemand sneller voor mij, dus dat maakte er een goeie wedstrijd van. In het begin van het seizoen had ik zo'n tijd niet verwacht, maar na mijn eerste wedstrijd had ik er wel een doel van gemaakt. Alleen had ik niet verwacht om nu zo snel te lopen, omdat ik de weken voordien de hele tijd stil zat door de examens."



Stijn Baeten bleef ruim boven de EK-limiet op de 1500m.

Foto Johnny De Ceulaerde

Kobe Vleminckx/AVLL (vijfde 60m in 6"78): "Ik heb me gekwetst tijdens de opwarming, omdat er een persoon over de opwarmingspiste liep die daar niet moest zijn. De organisatie moet beter opletten dat er niemand op de opwarmingspiste komt die er niet hoort te zijn. Ik ben er op gebotst en heb mijn voet omgeslagen. Hoe erg de blessure is, weet ik pas bij de scan, maar het ziet er niet positief uit. Hoe ik de reeksen en finale nog gelopen heb met hoe mijn voet er nu uitziet is een raadsel. Ik was echt in vorm dus wou me bewijzen, maar mijn enkel was er helemaal aan voor de moeite, dus ik kreeg er niets meer uit."

Andreas De Lathouwer/VS (eerste kogel met 17m38): "Het was een zeer toffe wedstrijd met aangename sfeer tussen de atleten. Ik was eerst niet 100 procent zeker of ik ging meedoen, omdat ik aan het begin van de week een operatie ben ondergaan aan mijn tanden. Uiteindelijk heb ik er tijdens de wedstrijd geen last van gehad en heb ik een goeie afstand neergezet."

Christian Iguacel/AVLL (tweede 400m in 46"97): "Ik ben een beetje ontgoocheld over de tijd. Ik loop zeer constant en dat betekent dat er zeker marge is voor verbeteringen, zeker als je mijn tijd op de 200m in rekening brengt. Ik trek me aan het positieve op: volgens Lieve (Van Mechelen, zijn coach, red.) draaide het al niet vanaf de eerste meters, wat mijn gevoel ook wel was. Ik was te hard aan het werken, terwijl ik normaal zeker tot 300-350m ontspannen kan lopen. Ik moet gewoon wat geduld hebben en dan komt die snelle 400m er wel uit."

Elie Bacari/DCLA (derde 60m horden in 7"86): "Op training had ik al tegen een paar mensen gezegd dat in de 7"80 ging lo-



Tibo De Smet nam initiatief op de 800m en werd uiteindelijk derde.

Foto Johnny De Ceulaerde

pen, dus ik ging wel met vertrouwen naar de IFAM. Ik dacht dat ik ging stressen, maar had geen zenuwen en dat was wel een factor voor een goeie tijd. Tijdens de reeksen had ik een heel goeie start en ik ging goed over de eerste horde, maar de tweede en derde waren iets te hoog genomen en ik verloor mijn evenwicht. In de finale kwam ik wat te dicht op de eerste horde en maakte ik wat fouten op de derde, dus als ik meer hordewedstrijden loop, kan ik nog sneller."

Kim Barbé (organisator): "Die Belgische records aan het begin van de meeting zijn een echte zegen. Want dan zit de sfeer meteen goed en dat lanceert de meeting op een positieve manier. We krijgen natuurlijk veel vragen om bepaalde nummers te programmeren, want met de ranking vallen er punten te verdienen. Het is geen evidente

puzzel, maar we programmeren zoveel mogelijk de disciplines waar sterke prestaties of limieten mogelijk zijn. We krijgen ook veel vragen vanuit het buitenland, maar daar gaan we niet op in. We willen onze Belgische atleten alle kansen geven om goede punten en eventueel een limiet te behalen."

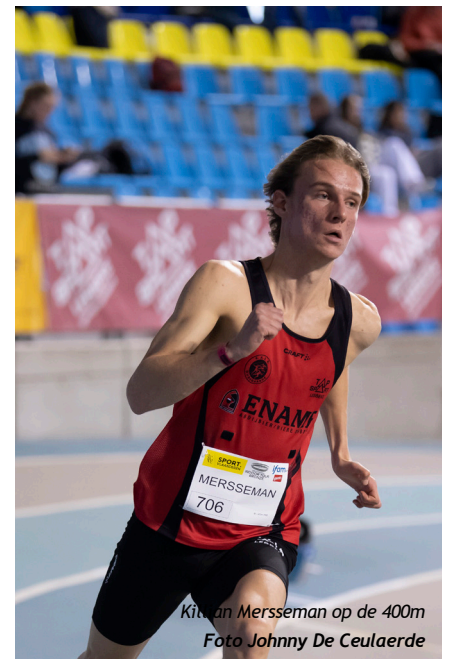
TEKST: Milan Augustijns

De uitlagen van de IFAM en het BK 4x200m zijn terug te vinden op Atletiek.nu



Het kogelpuistje met Kwinten Cools (l), Andreas De Lathouwer (m) en Filip Eckhout (r)

Foto Johnny De Ceulaerde



Kilian Mersseman op de 400m

Foto Johnny De Ceulaerde

WAT DE IFAM BIJZONDER MAAKT

Het was al drie jaar geleden dat de Gentse Topsporthal opnieuw een hele reeks nationale en internationale atleten mocht verwelkomen. De IFAM indoor is eindelijk terug en dat is een uitstekende zaak, want, laat ons eerlijk zijn, zonder deze meeting stelt ons nationaal indoorseizoen toch niet zo veel voor.

Het bekijken van de deelnemerslijsten van de IFAM indoor is altijd een plezier. Al die exotische namen uit zoveel verschillende landen, dat schept toch altijd heel wat verwachtingen. En voor onze nationale toppers en subtoppers is het steeds een hele beleving om tegen internationale atleten uit te komen. Het klinkt bovendien ook nog eens heel mooi als je tegen vrienden en familie kunt zeggen dat je een Zweedse en Duitse atleet hebt geklopt. Voor het publiek is dat internationale aspect ook een hele ervaring. Jammer genoeg leek het publiek deze keer de weg naar de Topsporthal niet zo goed te vinden dan bij de vorige edities. Was het een gebrek aan een echte internationale ster? Of was het de afwezigheid van enkele boegbeelden van de Belgische atletiek? Geen idee. Maar de afwezigen hadden, zoals zo vaak, ongelijk. De wedstrijden die het publiek kreeg voorgeschoteld waren van uitstekend niveau en echte atletiekkenners en -liefhebbers smulden van het spektakel.

Er was misschien wel geen Dafne Schippers of Jacob Ingebrigtsen, maar toch maakten heel wat topatleten hun opwachting in Gent. Iemand als de Brit Reece Prescod bijvoorbeeld. Momenteel zonder twijfel een van de meest talentrijke sprinters op het Europese continent. Op zijn palmares prijken al twee internationale medailles: zilver op het EK van 2018 en brons op het WK van 2022. Bovendien spreekt zijn persoonlijk record van 9"93 op de 100m tot de verbeelding. Zijn grote uitdager in Gent was de Japanner Ryuichiro Sakai, die vorig jaar 10"02 liep op de 100m. Zet daarnaast nog een snelle Nederlander, een onbekende Ier en onze eigen Kobe Vleminckx in de startblokken en je krijgt een spetterende finale. Fantastisch toch om al die verschillende sprintculturen tegen elkaar te zien strijden.

Ook aanwezig in de zaal, polsstokspringer Matt Ludwig. Een typische Amerikaanse atleet die de aandacht trok van heel wat jonge Belgische toeschouwers in de tribune. Zijn gigantische spieren en het USA jacket vielen natuurlijk enorm op, maar de man heeft ook al het een en ander bewezen in het polsstokspringen. In 2020 werd hij Amerikaans kampioen indoor en hij heeft een persoonlijk record van 5m90. Samen met nog een aantal zeer degelijke polsstokspringers zorgde hij voor een van meest animerende competities van de avond.

Als ik iets geleerd heb uit mijn jarenlange ervaring als atletiekmedewerker dan is het dat je op wedstrijden zoals de IFAM altijd moet blijven tot de meeting helemaal afgelopen is. Na de finales op de 60m zag je de zaal leeglopen. Dat was zonde want met de 3000m volgde nog een van de meest beklievende wedstrijden van de avond. Daar zorgden John Heymans, de cultheld van het Belgische afstandslopen, en de Fransman Bastien Augusto voor. Het werd een spannend duel tussen twee atleten die er volledig voor gingen. Deze tweestrijd had alles wat je maar kon verlangen: spankracht, wisselende posities, totale overgave ... en drama, want beide atleten strandden op een zucht van de EK-limiet. In een ideale wereld kwamen ze gelijktijdig over de finish en bleef de klok stilstaan op 7.43.99. Dan zou het dak eraf gegaan zijn en zouden de achtergebleven toeschouwers de piste opgestormd zijn om beide atleten op de schouders te nemen.

Misschien zie ik alles een beetje te veel door een roze atletiekbril, maar de IFAM indoor blijft een van mijn favoriete wedstrijden. Op de een of andere manier hangt er tijdens die meeting altijd een bijzonder sfeer in de Topsporthal. Wie één of meerdere edities heeft meegemaakt, weet wat ik bedoel. Topsport overgoten met een sausje van Vlaamse gezelligheid.

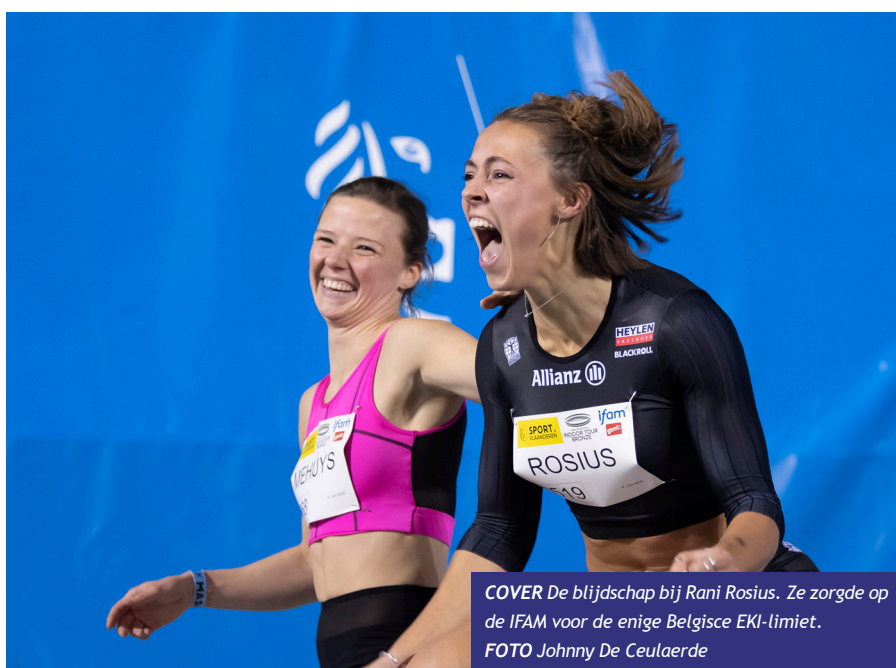
Gunther Dekie



AVLL: VLNR: Senne Segers, Maarten Heylen, Jan De Kinder en Dylan Owusu
Foto Johnny De Ceulaerde



RCG: VLNR: Laures Bauwes, Cloë Van der Meulen, Justine Goossens en Imke Vervaeet
Foto Johnny De Ceulaerde



COVER De blijdschap bij Rani Rosius. Ze zorgde op de IFAM voor de enige Belgische EKI-limiet.
FOTO Johnny De Ceulaerde

RECHTZETTING

In @letiekleven 69 over het Allianz KVV indoor stond een foutief bijschrift bij een foto van de 400m vrouwen. Niet Justine Goossens, maar Imke Vervaeet spurte voorbij Helena Ponette naar de winst.

Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 70 - Woensdag 8 februari 2023
FOTO'S: Johnny De Ceulaerde
TEKST: Milan Augustijns (mannen) en Ben Ghyselincx (vrouwen) en Gunther Dekie (sfeerverslag)

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.