

# @LETIEKLEVEN

BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN INDOOR MASTERS





# EVGENIA BALABKINA MET BR OP 60M EN 200M

Het BK en PK masters indoor in Gent zaterdag loste qua spanning, prestaties, opkomst en beleving ruimschoots de verwachtingen in. In totaal sneuvelden er een zestiental Belgische records. Dat is grofweg één BR per categorie. De vrouwen namen elf nationale records voor hun rekening. Het viel op dat vooral de spurtsters bijzonder goed op dreef waren. Yevgeni Balabkina (W40), Caroline Adant (W45) en Sandrine Hennart (W50) spurten naar straffe records op de 60m..

## STERKE SPURTPRESTATIES

van 27"78). Karine Clauwaert/DEIN (W60)



Veronique Feipel  
Foto Johnny De Ceulaerde

Het is algemeen geweten dat in de uithoudingsproeven masters om verschillende redenen langer meedraaien op senioreniveau. Denk aan wereldrecordhouder marathon Eliud Kipchoge of aan Mieke Gorissen/ADD die nog vlot meekunnen met de allerbesten. Maar het BK masters maakte duidelijk dat er op de spurt een inhaalbeweging op gang komt. Het niveau op de spurt bij de masters gaat in stijgende lijn. De knappe recordchrono van Yevgeni Balabkina/AVT (W40) op de 60m is weliswaar nog ver verwijderd van het fenomenale nationale W35-record van Laetitia Libert/USBW van 7"54, maar de 8-secondengrens komt in zicht. De puike prestaties van Caroline Adant/CABW (BR W45 op de 60m van 8"29) en Sandrine Hennart/USTA (BR W50 op de 60m van 8"27) bevestigen de positieve spurtrend. Vaak konden de Belgische atleten rekenen op stevige buitenlandse tegenstand, zoals de Nederlandse Jacqueline Drop-Pulens (W45) die met Adant in haar zog naar 8"03 knalde. 42 masters uit Frankrijk, Duitsland en Nederland vonden overigens de weg naar de Gentse Topsporthal. En ze loofden de prima organisatie. Op de 200m lagen de prestaties in dezelfde lijn met ongeveer dezelfde namen als exponenten: Balabkina (BR van 27"30), Adant (evenaring BR van 27"46) en Maryam Amella/CABW (BR

bleek goed hersteld van de vijfkamp. De kersverse Belgische kampioene meerkampen indoor knalde naar een puike tijd van 9"41 op de 60m. Op de 60m horden deed ze er nog een titel bovenop met 11"39.

## SPANNENDE 400M

Op de 400m kwam er geen BR uit de bus, maar we zagen er mooie en spannende

wedstrijden. Zo pushten in de categorie W50 Benediekt Van Damme/RAM (W50) en Veronique Tanghe/OB elkaar naar topchrono's van respectievelijk 1'07"92 (Van Damme) en 1'08"56 (Tanghe).

Hoewel het BK masters een ongezien hoge opkomst kende met liefst 527 deelnemers verspreid over meer dan 800 proeven, waren de reeksen van de 60m horden vrouwen iets minder druk bezet. Veronique Feipel/DAC (W55) liet het niet aan haar hart komen en hordespurte naar een stevige chrono van 10"86. Met daarnaast nog een BR in het hinkstap van 9m09 hoorde ze bij de grootste uitblinkers van de dag.

## BR VOOR JUDY CLAES

De 800m is en blijft één van de zwaarste proeven in de atletieksport. Desondanks vinden veel masters de motivatie om voor eer en glorie hard af te zien en op titel- en recordjacht te gaan. Vaak met veel succes. Zo voegde Judy Claes/ZWAT (W65) nog een extra titel toe aan haar rijk gevulde palmares en ze deed dat in stijl met een Belgisch record van 3'06"52. Mia Palmans/SACN wilde duidelijk niet onderdoen. In de categorie W70 verpulverde zij het BR met een kleine 12 seconden tot 3'32"53. Ze snoopte het BR af van niet de minste, namelijk Hilda-Ann Foster/OEH. Die had echter wel een mooi antwoord klaar, want zij claimde meteen een nieuw record in de leeftijdsklasse W75. 7'27"07 is de nieuwe Belgische recordtijd op de 1500m. Nadine Balduck/MACH (W60) deed



Benediekt Van Damme (4312) op de 400m.  
Foto Johnny De Ceulaerde



er nog een Belgisch record bij: 5'47"63. De 1500m W35 leverde ook een erg mooie race op. Sara Segers/ACP haalde het na een felle strijd in 4'51"12 voor Lieselotte Beck/ACW (4'53"15) en Tessa Van Goethem/SGOL (4'55"92). Lieselotte Beck deed er nog een extra zilveren plak bij op de 800m in 2'22"97. Daar finishte ze tussen winnares Eva Soetemans/VAC (2'28"28) en Martha Alexandra Chylinksky/RESC (2'23"88). Kristel Van Maldeghem/ACHL haalde overtuigend de titel binnen bij de W45 op de 800m. Haar tijd: 2'28"78. Ze deed er nog een titel bovenop op de 1500m. Daarop klokke ze 5'17"97. Het belooft op 12 maart een boeiend BK veldlopen masters te worden. Daar zullen verschillende van bovenstaande kleppers elkaar opnieuw tegenkomen.

## SANDRINE HENNART VOORBIJ 5M

In het verspringen kwam de strafte prestatie op naam van de onvermijdelijke Sandrine Hennart. Ze doorbrak bij haar eerste beurt meteen de 5m-grens: 5m02. Nadien wist ze zich niet meer te verbeteren. Haar eigen BR van 5m07 blijft dus voorlopig in de boeken staan. Nog een springprestatie die in het oog sprong was de 1m30 in het hoog van Ann Algoet/ACW (W55). De veelzijdige Gerda Andries/AVKA (W55) wipte over 1m90 in het polsstokspringen.

## STRAFFE KOGELPRESTATIES

In In het enige werpnummer, het kogelstoten, want gewichtwerpen stond niet op het programma, ging de titel naar Jessie Desmet/DAC in de categorie W35 met 10m90. Sophie Verlinden/WIBO was niet van de partij bij de W40. Veronique Maes/



De start van de 1500m W35 en W40  
Foto Johnny De Ceulaerde

OLSE won daar de spannende en goed gevulde competitie (acht deelnemers) met 9m20. In de W55 was er een interessant deelnemersveld. Karin Larnoe/OLSE stootte haar 3kg-kogel het verst met 9m31. Benieuwd wat zij volgend jaar in de categorie W60 zal klaarspelen. Kathleen De Wolf/RAM (9m04) en Ingrid Vos/ACW (8m47) flankeerden haar op het podium. In de categorie W75 benaderde Claire Joannes/DAMP haar eigen Belgisch record met een straffe stoot van 8m07.

De uitslag van het BK en PK indoor staan op [Atletiek.nu](http://Atletiek.nu)



Podium W35 op de 200m: Wendy Ovaere (m)Magali Baar (l) en Bianca menten (r)  
Foto Johnny De Ceulaerde



Saskia Janssens  
Foto Johnny De Ceulaerde





# Behind you for what's ahead

Kim Gevaert  
Allianz Ambassador



## SPURTERS MAKEN HET MOOIE WEER

De mannen spreidden een bijzonder hoog niveau tentoon met net als bij de vrouwen uitschieters op de spurt. Eén van de vele uitblinkers was Simon Baerts (M40) die na eerdere BR's in het ver- en het hinkstap de voorbije maanden bewees dat hij ook heel snel kan spurten. Hij flitste naar een BR van 23"11 op de 200m. Hugo Verhaegen (M70) pikte ook weer zijn recordje mee: 28"91 op de 200m. Er sneuvelde in totaal vijf Belgische records bij de mannen.



Christophe Stevens  
Foto Johnny De Ceulaerde

PETER VANDERKERKHOVE  
MET HORDERECORD

De prestaties op de 60m en 200m van de mannen mochten er wezen. Voormalig volleybalspeler Thomas Van Ingelgem/LEBB (M35) zette de toon met een vlotte winst in 7"07 (60m) en 22"31 (200m). Twee keer een tweede prestatie AT. Bij de M40 greep Simon Baerts/AVT de dubbel met 7"33 en 23"11. Voor de ver- en hinkstapspecialist is dat een meer dan geslaagd uitstapje naar de spurt. Dankzij de buitenlandse inbreng van snelle Franse, Nederlandse en Duitse masters kregen we in alle leeftijdsklassen goed gevulde reeksen waarin de mannen elkaar naar topchrono's pushten. Nog zeker het vermelden waard zijn de 8"13 van Dirk Jacobs/ACHL (M60) op de 60m, de dubbel van Hugo Verhaegen/AVLL (M70) met 8"82 op de 60m en een dik BR van 28"91 op de 200m en de pijlsnelle 8"42 (BR) van Peter Vandekerkhove/SPBO (M40) op de 60m horden. Ook dat was een nationaal record. Alsof dat nog niet genoeg was: Ook Bernard De Longueville/CABW (M60) tekende voor een BR op de 60m horden. Hij klokte 10"02 en kneep zo 2 honderdsten van de vorige recordtijd van Frank Van Impe. Op de 400m perste Erik Leyseele/DEIN (M70) er een dubbele baanronde uit van 1'18"85. Bij de M55 greep Erwin Thibau/AVLO het goud in 57"15 vlak voor Timothy Byrne/AV Molenbeek (57"88).

## DUBBEL MARC NEEFS

Een van de strafste prestaties op de halve fond kwam opnieuw van Marc Neefs/DCLA (M55). Hij had zichzelf een stevige uitdaging opgelegd door voor de slopende dubbel 800m en 1500m te gaan. Ondanks stevige tegenstand slaagde hij in zijn opzet. En dat in meer dan behoorlijke chrono's van 2'13"03 en 4'31"92. Opmerkelijk veel



Marc Neefs  
Foto Johnny De Ceulaerde

sterke afstandslopers waren van de partij op het BK indoor. Zo zagen we hoogstaande en spannende reeksen in bijvoorbeeld de 1500m. Dirk Vermeiren/ACBR (4'35"52), Stefan Rens/ACHL (4'35"72) en Tom Van Ongeval/DCLA (4'36"50) moesten elkaar niet veel toegeven. Op de 800m zagen we dan weer enkele andere sterke namen met winnaar Luc Borghoms/ATLA (2'12"35) die Ronny Coene/KAAG (2'14"00) en Dirk Vermeiren (2'14"22) het nakijken gaf. Het BK cross op 12 maart in Saint-Ghislain zal bij velen met stip in de agenda staan om sportief revanche te nemen. Jos Herinckx/GRIM draait een beresterk indoorseizoen. Hij verbeterde deze winter al het BR op de 400m en op de 800m. Maar zijn recordhonger was niet gestild, want hij pitste nog een seconde van zijn eigen 800m-record. De nieuwe besttijd bedraagt nu 2'38"23. Tot slot ook nog even vermelden dat het Nederlandse fenomeen Hans Smeets (M75, aangesloten bij ATLA) een razend snelle 5'30"05 klokte op de 1500m. Voor de 76-jarige Limburger was dat een nationaal record.

## KNAPPE ENTREE BART VERSMISSEN

In de springnummers verwelkomden we een nieuwe naam: de 35-jarige Bart Vermissen/VMOL amuseerde zich op zijn eerste BK bij de masters. In het verspringen kwam hij tot 6m07. In zijn specialiteit, het hoogspringen, liet hij een winnende sprong van 1m85 optekenen. Dat is nog ruim onder zijn record bij de seniores van 2m05. Maar bij de masters staan de bordjes weer op nul. Welkom bij de masters Bart! Bij de M40 veroverde Peter Vandekerkhove zijn tweede titel met 1m75. De iets oudere



masters (M70) maakten er een spannende hoogspringstrijd van. Freddy Goeffers/EA en Frank Van Impe/BRAB zweefden beiden over 1m15. Maar Goeffers deed dat met minder foutsprongen en ontving het goud. Nog een opmerkelijke springprestatie kwam op naam van Jean-Paul Saussus/DAMP (M55) die zich over 3m40 hees met de polsstok. De master die zaterdag het verst wist te landen in de zandbak was Jeroen Thonon/AVKA (M40). Met 6m11 deed hij één centimeter beter dan Bert Muyldermans/SPVI. Die kon zich troosten met de titel in het hinkstap dankzij een prima prestatie van 12m86.

## FILIP ECKHOUT DOET HET OPNIEUW

In het kogelstoten voegde Filip Eeckhout/VS (M40) een zoveelste titel toe aan zijn rijk gevulde palmares. De trainer van toptalent Andreas De Lathauwer stootte de 7.26kg zware kogel 14m14 ver. Een andere gevestigde waarde in het kogel, Yves Sneyers/LOOI won de competitie bij de M55 met een verste poging van 13m06. Joan Adriaensen/ACHL (M70) stootte z'n ijzeren bol van 4kg 11m15 ver.

## TOPORGANISATIE

Tot slot mogen we in de 'Week van de Vrijwilliger' niet vergeten om heel het medewerkersteam dat prima werk leverde zaterdag in de Gentse Topsportthall, te bedanken. De juryleden, podium-mensen, speakers en de vele andere helpers deden een prima job. Een BK masters is een complexe organisatie met veel verschillende gewichten, categorieën, hordehoogtes, enzovoort. Maar alles verliep behoorlijk vlot. PK-titels niet inbegrepen ontvingen de masters in totaal 400 à 500 medailles. Veel masters smeden intussen plannen om binnenkort nog het EK masters indoor mee te pikken



Stefan Rens (l) en Dirk Vermeiren (r) op de 1500m  
Foto Johnny De Ceulaerde



Filip Eeckhout  
Foto Johnny De Ceulaerde

dat zal plaatsvinden in het Poolse Torun van 26 maart tem. 1 april. Geen twijfel mogelijk dat de Belgische masters er klaar voor zijn!

## BR 5-KAMP VAN KARINE CLAUWART OP BK MEERKAMP

Op 11 en 12 februari vond in Louvain-la-Neuve ook nog het BK meerkampen plaats. Ook daar kwamen de masters sterk voor de dag. De strafste mastersprestatie op de meerkampkampioenschappen kwam van Karine Clauwaert/DEIN W60. Zij verpulverde het Belgisch record op de 5-kamp tot 3756 punten. Haar prestaties willen we toch nog eventjes vermelden.

60m horden: 11"13

hoogspringen: 1m35

kogelstoten: 7m76

verspringen: 3m92

800m: 2'51"04

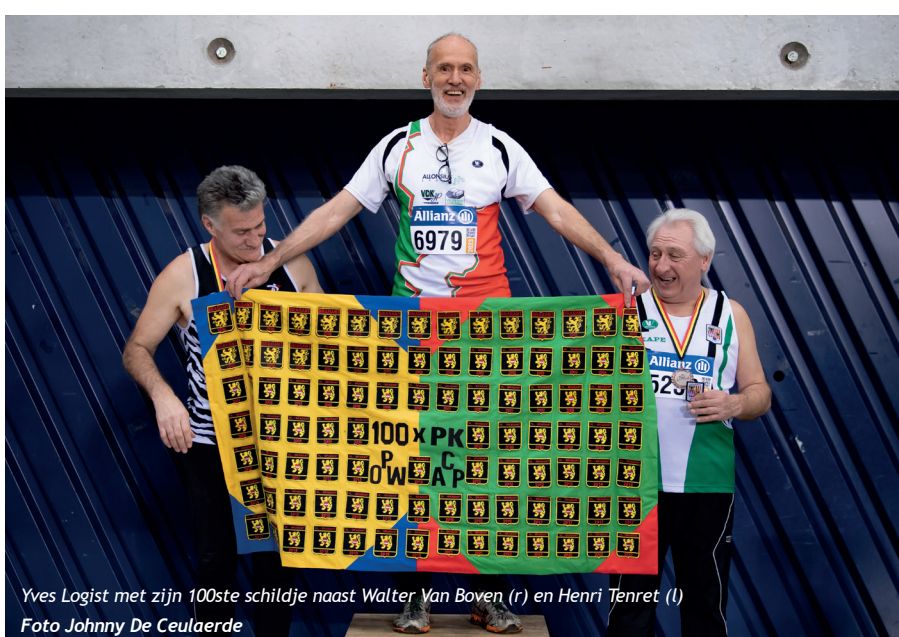


De mannen van de 400m M55  
Foto Johnny De Ceulaerde

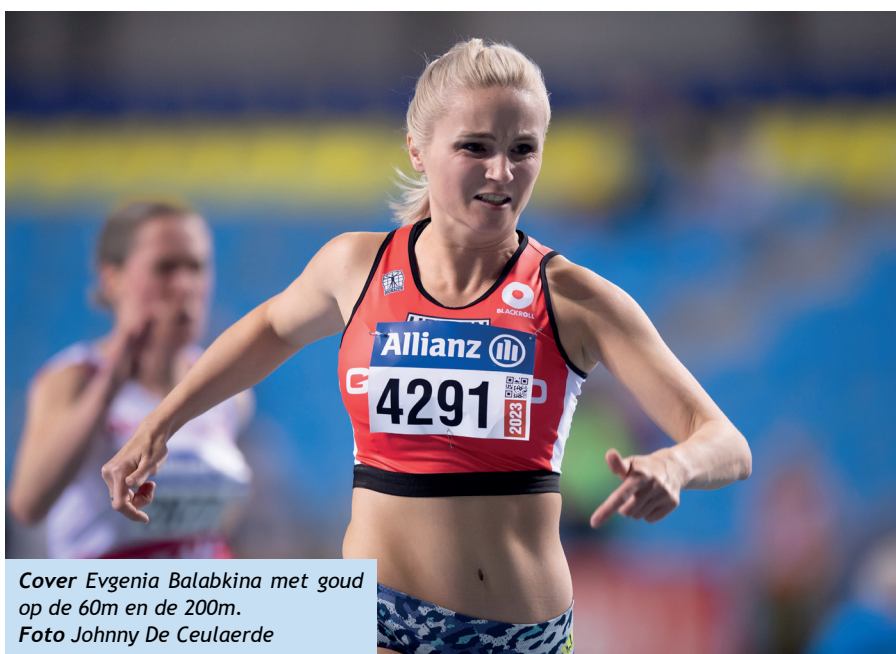




Podium ver M40 met Jerpen Thonon (m), Bert Muyldermans (l) en Souleymane Cissé (r)  
Foto Johnny De Ceulaerde



Yves Logist met zijn 100ste schildje naast Walter Van Boven (r) en Henri Tenret (l)  
Foto Johnny De Ceulaerde



Cover Evgenia Balabkina met goud  
op de 60m en de 200m.  
Foto Johnny De Ceulaerde

**Vlaamse Atletiekliga vzw**  
@letiekleven 10 - Donderdag 2 maart 2023

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde  
TEKST: Bart Spruijt

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.