

@LETIEKLEVEN

BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN INDOOR JUNIORES EN BELOFTES



VROUWEN

PONETTE EN HESPEL KLAAR VOOR BELGRADO MET CHEETAHS

De vrouwen tekende tijdens het BK voor juniorens en beloftes voor enkele van de hoogtepunten tijdens het laatste indoorkampioenschap van dit seizoen. Alexandra Mortant pakte de sprintdubbel met knappe tijden en de kersverse Cheetahs Nina Hespel en Helena Ponette zorgden voor een geweldig duel op de 400m.



Lauryn Adewoye, Alexandra Mortant en Marine Jehaes
Foto Luc Dequick

VANHOEIJEN MIST NIPT 6M

Bij de juniorens was **Sennah Vanhoeijen/DEIN** overtuigend de beste in het verspringen. Met 5m79 bij haar eerste poging zette ze de concurrentie meteen onder druk. Bij haar derde, vierde en vijfde poging sprong ze consistent voorbij 5m90 met 5m98 als beste. **Jolijn Verhaeghe/HAC** werd tweede met een sterke 5m65 en **Kato De Schepper/ASVO** mocht het brons in ontvangst nemen met 5m38. In het hinkstapspringen mochten Verhaeghe en De Schepper opnieuw het podium op. Verhaeghe mocht ditmaal goud in ontvangst nemen na 11m71 bij haar laatste poging. Het werd wel spannend, want voor de laatste poging stond **Estelle Goffin/CSF** nog aan de leiding met 11m52 terwijl Verhaeghe 11m51 had staan. Na zes sprongen werd het dus goud. De Schepper groeide net zoals Verhaeghe doorheen de wedstrijd en sprong bij haar laatste twee pogingen telkens 11m48, goed voor een tweede bronzen medaille. Bij de beloftes was het goud in het verspringen ook voor een meerkampster met **Maité Beernaert/HAC**. Het werd een mooie strijd met **Ilona Masson/FCHA**. Uiteindelijk haalde Beernaert de bovenhand met 5m74 tegenover 5m70 voor Masson. Het brons was voor **Jitse Steenmans/LYRA** met 5m48. Net zoals voor Verhaeghe was het ook raak voor Masson in het hinkstapspringen. Ze won met 12m76 voor **Géraldine Dheur/RCAS** (12m02) en **Margot Delbare/AVT** (11m75).

OPNIEUWE LIGNEEL

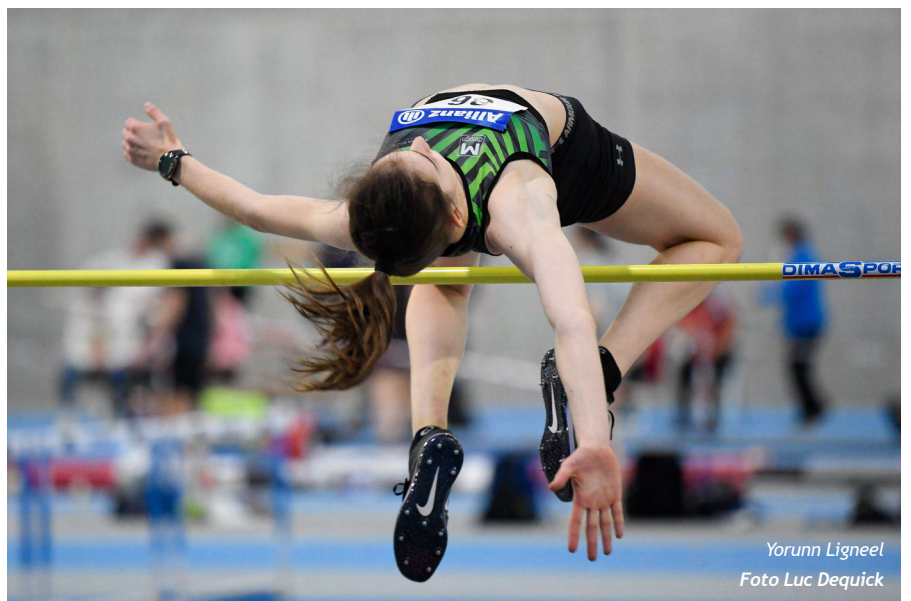
In het hoogspringen kregen we een duel tussen juniore **Yorunn Ligneel/HAC** en belofte **Zita Goossens/DEIN**. Het was Ligneel die het hoogste sprong met 1m78 voor Goossens, die met 1m71 op haar honger bleef zitten. Bij de juniorens mochten **Lisa Clopterop/RCG** (1m59) en **Marie De Troyer/VS** (1m56) mee het podium op en bij de beloftes **Maud Beeckmans/OLSE** (1m65), **Emilie Pardoms/CABW** en **Nathalie Van De Vorst/AVKA** (1m63). Met de polsstok waren de titels voor juniore **Charlotte Vanlangenaker/ATLA** (3m20) en

belofte **Dag-Ferene Van Cappellen/OEH** (3m70), na een duel met **Lisse Morren/RCT** (3m60).

Bij de juniorens vrouwen kregen we een spannend duel in het kogelstoten met **Florence Boeynaems/ZWAT** en **Jo-Anne Liefoghe/AVKA**. Na de eerste poging ging Boeynaems aan de leiding (11m43), nadien nam Liefoghe over (11m65) en een poging later stond Boeynaems opnieuw aan kop (11m67). In de vijfde poging sloeg Boeynaems finaal toe met 11m94. Bij haar laatste poging haalde Liefoghe nog 11m83, maar ze moest vrede nemen met zilver. Het brons was voor **Charlotte Vanlangenaker** met 11m44. Bij de beloftes waren de meerkampster opnieuw aan zet. **Cassandra Evans/HUY** ging meteen aan kop met een nieuw PR van 13m37 en stootte later nog verder met 13m55. **Maité Beernaert** pakte haar tweede medaille van de dag met een sterke 12m95 bij haar laatste poging, slechts vijftien centimeter onder haar PR van begin maart tijdens de Belgische studentenkampioenschappen.

STERKE DUBBEL VAN MORTANT

Op de sprintnummers lieten de Belgische juniorens en beloftes zich gelden. **Alexandra Mortant/CABW** liep tweemaal als eerste over streep bij de juniorens, zowel op de 60m met en zonder horden. Met haar 7"41 op de vlakke 60m maakte ze vooral indruk, want ze komt daarmee op de derde plaats in de ranglijst aller tijden bij de juniorens net voor **Rani Rosius/AVT** die 7"43 klokke in 2019. **Lauryn Adewoye/AVT** werd tweede met 7"68 en **Marine Jehaes/SER** derde met 7"71. Op de horden klokke



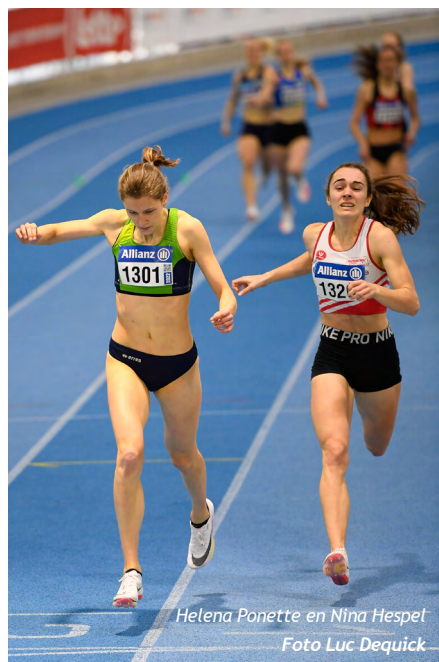
Yorunn Ligneel
Foto Luc Dequick

Mortant 8"42 en won voor Sara Roggeman/AVLO (8"94) en Svelte Marien/LYRA (9"10). Op de 200m pakte Jehaes wel goud met 25"07 voor Libelia Vincke/HAC (25"21) en Hanne Bastiaansen/AVT (25"40). Met haar 7"41 deed Mortant ook beter dan belofte Rani Vincke/HAC, die ook een sterke 7"47 neerzette. Na Vincke werd het nagelbijten want drie meisjes liepen 7"56, uiteindelijk was er zilver Lotte Van Lent/AVZK en brons voor Justine Goossens/RCG. Op de 200m was de titel zoals verwacht wel voor Goossens. Ze won met 24"15 voor Liefde Schoemaker/MOHA (24"81) en Cloe Van Der Meulen/RCG (24"84). Op de horden bij de beloftes voegde Angel Agwazie/AVLO na 8"42 een nieuwe titel toe aan haar palmares. Ze won voor Lynn Beck/LYRA (8"64) en Emma De Naeyer/ACME (8"73).

PONETTE EN HESPEL KLAAR VOOR WK DEBUUT

Op de 400m bij de junioren liep Kylie Lambert/CABW zoals verwacht overtuigend naar winst. Ze won in 55"94 voor Claire Jacobs/DCLA (57"86) en Amelie Sonnevile/KAAG (59"15). Bij de beloftes werd het uitkijken naar het duel tussen Nina Hespel/DCLA en Helena Ponette/HCO, die zich dit weekend mogen opmaken voor hun eerste internationale kampioenschap bij de senioren als deel van de Belgian Cheetahs. Ze waren duidelijk geïnspireerd door hun selectie, want ze lieten alle twee een nieuw PR optekenen. Met 53"65 voor Ponette en 53"80 voor Hespel zijn ze klaar voor Belgrado. Het brons was voor Ilana Hanssens/ASVO (57"73).

Op de 800m kregen we telkens een reeks. Bij de junioren was Jana Kluskens/LEBB de beste met 2'17"88 voor Sofie Serré/LOOI (2'19"25) en Lotte Willems/LEBB



Helena Ponette en Nina Hespel
Foto Luc Dequick



Emma De Naeyer en Angel Agwazie
Foto Luc Dequick

(2'19"76). Bij de beloftes was de titel voor Amélie Collin/UAC na een sprint met drie. Ze haalde het in 2'14"04 voor Marine Joblin/RESC (2'14"41) en Nore Vandekerckhove/HAC (2'14"92). Op de 1500m liepen de junioren en beloftes samen in één reeks. Vlaams kampioene op de 800m Elena Kluskens/LEBB pakte de winst en de titel bij de junioren met 4'38"67 voor belofte Heleen Vermeulen/LYRA (4'39"70). Adeline Temmerman/AVR (4'43"63) en Friedel Cuypers/DCLA (4'46"91) mochten mee op het juniorenpodium en bij de beloftes werden Milly Welsch/SER (4'41"69) en Hanne Willems/LEBB (4'47"88) tweede en derde.

REACTIES

Yorunn Ligneel/HAC (goud hoog junioren met 1m78): "In de opwarming verliep alles heel goed en kreeg ik veel vertrouwen op een goede wedstrijd. Ik moest tijdens

de wedstrijd jammer genoeg ongeveer anderhalf uur wachten voordat ik aan mijn wedstrijd kon beginnen. Daardoor was mijn opwarming alweer verloren. Tijdens mijn eerste sprongen zat ik dan ook wat te ver van de lat, toch sprong ik al mijn hoogtes in mijn eerste beurt en op 1m81 had twee heel nipte pogingen. De hoogte zit er zeker in, dus ik heb vertrouwen in de zomer."

Zita Goossens/DEIN (goud hoog beloftes met 1m71): "De bedoeling was om deze winter wat meer wedstrijden af te werken, maar door een zware examenperiode, een corona- en griepinfectie is dat helaas niet gelukt. De wedstrijd vandaag viel tegen, de week ervoor ging het nochtans een stukje beter. Het was een moeilijke winter, maar ik heb gelukkig wel heel wat trainingen goed kunnen afwerken. Dus ik hoop dat het deze zomer zal lonen."

Sennah Vanhoeijen/DEIN (goud ver junioren met 5m98): "Ik kijk heel tevreden terug, want het was mijn beste verspringcompetitie ooit met drie sprongen van 5m90+. Ik opende zeer goed en voelde meteen dat ik iets moois kon laten zien. Ik ging echt voor de titel en zes meter, dus wou ik me in mijn laatste poging nog eens extra klaarstomen aangezien ik er maar twee centimeter onder zat. Die laatste sprong was een heel goede, maar net ongelukkig. Mijn coach Kurt Van Wynsberge en ik kozen ervoor om minder zware wedstrijden te doen (zoals een meerkamp) zodat ik minder moest afbouwen en op die manier mijn wintervoorbereiding langer kan door trekken. Dit levert meer voordelen op voor het zomerseizoen, waar ik enkele stevige doelen voor ogen heb."

Maité Beernaert/HAC (goud ver beloftes met 5m74): "De wedstrijd begon goed, want eerst en vooral vind ik het belangrijk



Sennah Vanhoeijen
Foto Luc Dequick

om een geldige sprong te doen om zeker een top acht plaats te hebben. Mijn aanloop ging goed en ik kwam telkens dicht bij de plank uit. Ik sprong ook heel regelmatig met allemaal sprongen tussen 5m50 en 5m60. Gelukkig had ik die ene uitschieter van 5m74, want dat was nodig om te winnen. Stiekem had ik misschien gehoopt om wat verder te springen. Maar op een kampioenschap is het de plaats die telt."

Jolijn Verhaeghe/HAC (zilver ver met 5m65 en goud hinkstap junioren met 11m71): "De wedstrijd verliep heel goed, maar dat ik een titel zou halen, had ik totaal niet verwacht! Het was een heel spannende wedstrijd, want toen we begonnen aan de laatste poging, lag alles op een paar centimeter van elkaar. Ik evenaarde bij mijn vijfde poging mijn PR en had dus niet gedacht dat ik in mijn laatste poging nog verder zou springen. Dit is mijn eerste Belgische titel, dus kijk ik zeer tevreden terug naar mijn indoorseizoen!"

Angel Agwazie/AVLO (goud 60m horden beloftes met 8"42): "Mijn wedstrijden verliepen in het begin wat stroef. Ik was niet zo goed mee in de start en ging ook allesbehalve als eerste over de eerste horde. Ik was een beetje "verschoten", maar dan vond ik al snel mijn ritme en kon nog een hele mooie tijd neerzetten. Mijn trainer zei ook "Daar zat een heel snelle tijd in, mocht je de start niet hebben laten liggen." Maar ik ben toch heel tevreden over mijn seizoen. In het begin liep het allemaal wat minder, maar ik kom uit een lange blessure dus ik kon niet meteen verwachten dat ik mijn record zou lopen. Dus ik ben heel blij met die winst die ik al heb geboekt en ik kijk uit naar het outdoorseizoen"

Rani Vincke/HAC (goud 60m beloftes met 7"47): "De wedstrijd was een beetje dub-



Jolijn Verhaeghe
Foto Luc Dequick

bel. De reeks heb ik ontspannen en onder controle gelopen. Voor de finale had ik het gevoel dat ik klaar was voor een snelle tijd. Door het geklap voor een springnummer was ik helemaal uit concentratie en heb ik de start volledig gemist, het verdere verloop was daarom wat geforceerd. Op zich was de tijd niet slecht, maar er zat wel meer in. Toch kan ik eigenlijk helemaal niet klagen, ik heb een heel mooi seizoen gehad en ondanks dat de toeloop naar de wedstrijden niet helemaal 100% verliep, heb na een moeilijke zomer veel vertrouwen en plezier terug gewonnen. Ik denk dat dat het belangrijkste is en dat neem ik ook mee naar outdoor waar ik hopelijk de lijn kan doortrekken."

Helena Ponette/HCO (goud 400m beloftes met 53"65): "Ik ben heel blij met de tijd en hoe ik gelopen heb. Er werd van in het begin heel stevig doorlopen. Ik wilde graag

als eerste naar binnen na 200m, maar dat was waarschijnlijk ook Nina haar tactiek. Ik heb nog heel hard moeten versnellen om voor haar te geraken. Daardoor waren de tussentijden eigenlijk ook veel sneller dan mijn "normale" wedstrijdindeling (24" aan de 200 en 37" aan de 300). Dus de laatste 100m was het echt vechten tegen de verzuring. Ik dacht dat Nina mij nog ging inhalen, maar de laatste meters was het eigenlijk bij ons allebei op. Dus er was geen echte eindsprint meer. Ik kijk er heel erg naar uit om voor de eerste keer naar een seniores kampioenschap te gaan. Hopelijk leer ik veel bij, hoe alles in zijn werk gaat op zo een kampioenschap. Het is ook een mooie kans om de andere Cheetahs en de coach beter te leren kennen."

Justine Goossens/RCG (brons 60m met 7"56 en goud 200m beloftes met 24"15): "Voor de 200m had ik al twee keer 60m gelopen, dus mijn benen waren goed los. Ik wist dat ik snel moest starten wat ik denk ik ook heb gedaan en dan heb ik dat doorgezet tot het einde. Misschien had ik net iets sneller verwacht, maar omdat ik redelijk 'alleen' mijn wedstrijd liep heb ik die push en dat extraatje een beetje gemist om echt de wedstrijd te lopen die ik wou. Ik kijk redelijk tevreden terug op het indoorseizoen. Het kwam iets moeizamer op gang. Mijn voorbereiding was ook niet helemaal optimaal door een blessure in november. Uiteindelijk waren mijn laatste wedstrijden wel constant. Zowel op de 60m als de 200m zat de vorm goed, maar er zijn nog een aantal werkpunten. Wat ik op training kan heeft zich niet volledig vertaald op wedstrijdvlak. Het is de bedoeling om nu volop te werken aan die werkpunten zodat alles mooi samenvalt deze zomer."

TEKST: Ben Ghyselinck



Liefde Schoemaker, Justine Goossens en Cloe Van Der Meulen
Foto Luc Dequick

Behind you for what's ahead

KAMPIOENSCHAP BEGINT MET NATIONAAL RECORD

Een worp met de kogel van 18m66! Meer was er niet nodig om het nationaal kampioenschap voor junioren en beloften met een knaller te openen. Bij zijn eerste poging was het meteen raak voor Andreas De Lathauwer met een nieuw Belgisch record. Het zou het begin zijn van een sterk kampioenschap met nog vier nieuwe noteringen in de eeuwige top 10 bij de junioren. De snelle jongens die vinden we vooral aan de kust want drie van de vier sprinttitels gingen naar een atleet van MACW! Toch waren ook de LBFA-atleten zeer aanwezig met negen van de tweeëntwintig titelwinnaars met Frans als moedertaal.



Andreas De Lathauwer
Foto Luc Dequick

JUNIORES: ANDREAS ANDERMAAL MET RECORD

Andreas De Lathauwer/VS zette eerder dit seizoen al enkele nationale records neer en voerde met 18m45 dan ook ruimschoots de deelnemerslijsten aan. Het was afwachten of hij, zo laat op het seizoen, nog over zijn topvorm zou beschikken. Maar lang moesten de toeschouwers niet wachten op het antwoord. Reeds bij zijn eerste poging landde de kogel 18m66 ver waardoor zijn eigen BR met ruim twintig centimeter verbroken werd. Zijn dominantie was opmerkelijk want zilveren clubgenoot Cédric Broeckart/VS (14m87) en bronzen Rafael De Wit/HAMM (14m43) stootten toch al gauw vier meter minder.

De junioren zouden nog meer geschiedenis schrijven want in vier andere nummers werd er een nieuwe top 10 notering allertijden neergezet. Sprinter Rendel Vermeulen/MACW won niet alleen twee gouden medailles, maar de atleet uit Koksijde stijgt ook in de eeuwige top tien en dat zowel in de 60m als de 200m. In de reeksen van het kortste sprintnummer snelde hij al naar 6"88 en vervees schaduwfavoriet Luca Laurent/SMAC meteen naar de tweede plaats. In de finale kwam de LFBA-atleet

met 6"89 nog fel aandringen maar dankzij een verbetering tot 6"84, tevens een zesde plaats allertijden, won Rendel toch nog duidelijk. In de 200m waren de verschillen heel wat groter want Vermeulen klokte 21"55 terwijl zilveren Jaron De Vriese/ASVO 21"91 liet noteren. De atleet uit de Westhoek komt op plaats vijf allertijden terecht op de baanronde.

Bij de junioren was er nog een tweede dubbelwinnaar die beter deed dan ooit voorheen. Meerkamper Thomas Van der Poel/BRAB was in twee springnummers succesvol. In het verspringen voerde hij de jaar-ranglijsten al aan met 7m13, maar reeds bij zijn tweede poging sprong hij nog zeven centimeter verder. Bij de derde sprong werd het zelfs 7m29 waardoor hij zijn overwinning nog wat meer in de verf zette. Bert Hermans/ATLA evenaarde zijn PR van 6m79 en werd tweede. Een hoogstaande hoogspringfinale werd in elk geval al een stuk spannender. Viktor Van Aerde/KAAG ging over 2m00 en pakte brons maar zowel Audric Riga/HUY als Thomas Van der Poel wipten over 2m06 en dat was voor beiden hoger dan ooit eerder. Voor Audric werd dit het eindstation, maar Thomas sprong nog over 2m08 en zelfs over 2m10. Niet alleen goud, maar ook een vijfde prestatie AT. Pierre Straet/HERV was de vijfde atleet die een nieuwe topnotering presteerde. Met de polsstok ging hij over 5m00 en slechts zes atleten deden ooit beter in ons land.

Het hinkstapspringen is vaak een Franstalige aangelegenheid, toch kwam Fedde Eyckmans/ABES met 13m55 in zijn laatste poging nog in de buurt van winnaar Lilian Lecomte/RFCL (13m73). Zowel in de 400m als de 800m was het de favoriet die uiteindelijk ook met de zege aan de haal zou gaan. Eerstejaars Killian Mersseman/ASVO begon alvast zeer stevig aan zijn dubbele baanronde en wist al gauw een voorsprong te vergaren. Met 48"80 verbeterde hij zijn PR met ruim vier tienden. Op het podium werd hij geflankeerd door twee Limburgers die zich zichzelf ook verbeterden. Simone Ambrico/LOOI pakte zilver in



Luca Laurent, Rendel Vermeulen en Stijn Van Der Veken
Foto Luc Dequick

49"82 en het brons was voor **Ruben Allaert/SACN** (50"81). In de 800m sprintte Timon Inghelbrecht/HAC vrij vlot naar de winst in 1'55"84. De overwinning van **Nathan Boone/DEIN** op de horden was dan weer verrassender. De atleet uit Deinze verbeterde zich in de reeksen al tot 8"30 maar finishte toen nog na **Pierre Stavart/CSDY**. In de finale waren de rollen omgedraaid en klokke Nathan 8"25 terwijl zijn concurrent op 8"31 bleef steken. Ranglijstaanvoerder **Abdoul Wahab Mimoun/HF**, die vorig jaar nog nationaal scholierenkampioen werd in de 110mH én de 400mH, moest met 8"38 genoeg nemen met het brons. **Clément Labar/ARCH** won de 1500m in 3'58"14 en was daarmee de enige junior die onder de vier minutengrens bleef.

REACTIES JUNIORES

Killian Mersseman/ASVO (goud 400m in 48"80): "Ik kwam vandaag eerder voor een goede chrono dan voor de titel. Ik wist dat ik er een snelle eerste ronde van moest maken want op het einde treedt de verzuring sowieso op. Ik had een goede start en kwam door in 23" rond. Voor mij was dit eigenlijk de perfecte race en ik hoopte stiekem om onder de 49" te duiken. Toch had ik deze tijd niet helemaal verwacht. Hét perfecte seizoen einde dus laat nu de zomer maar komen. Ik mik op een lage 48-tijd."

Thomas Van der Poel/BRAB (goud ver met 7"29 & goud hoog met 2m10): "Op het BK meerkampen voelde ik al dat er meer in het verspringen zat en hoopte dat er vandaag toch minstens één goede sprong zou uitkomen. Ik kwam veel beter uit op de plank en het resultaat mag zeker gezien worden. Dat dit kampioenschap zo laat op het seizoen valt vind ik absoluut niet storrend. Het gaf me meer tijd om gericht te



Abdoul Wahab Mimoun, Nathan Boone en Pierre Stavart
Foto Luc Dequick

trainen. In het hoogspringen hoopte ik op een bevestiging van mijn PR maar ik ging zowaar nog vijf centimeter hoger! Deze zomer mik ik op de EK-limiet meerkampen en als alles goed zit moet een sprong van 7m40 er ook inzitten."

Andreas De Lathauwer/VS (goud kogel met 18m66): "Uiteraard hoop je om altijd je record te gooien maar deze prestatie was toch onverwacht. Het voelt gewoon al een hele winter goed en de indoorkogel ligt me wel. Omdat er in Wallonië echter met een outdoorkogel wordt gestoten hebben we onze trainingen wat aangepast en mét resultaat! Bij mijn eerste worp verbeterde ik meteen het Belgisch record met ruim 20 centimeter. Daarna waren er nog enkele mooie worpen maar die werden afgekeurd. Hopelijk kan ik dit niveau evenaren deze zomer en ben ik even succesvol met de dis-

cus. Het WK halen zou een droom zijn maar dat is nog toekomstmuziek."

Rendel Vermeulen (goud 60m in 6"84 & goud 200m in 21"55): "Tijdens de reeksen probeerde ik ontspannen te lopen maar hoopte dan al op een PR. Mijn versnelling in de eerste 30 meter moet nog beter want daar laat ik nog teveel liggen. Met 6"84 in de finale ben ik niet helemaal ontevreden hoor, maar ik denk toch nog sneller te kunnen. Over de 200m ben ik dit seizoen wél positief verrast! Vandaag loop ik weer een fractie sneller en deze chrono's had ik in het begin van het seizoen totaal niet verwacht. Ik neem mijn werkpunten mee en dan moet het ook een mooie zomer worden."

BELOFTEN: FAVORIETEN BEVESTIGEN HUN ROL

Van echte verrassingen was er bij de beloften geen sprake. Negen van de elf gouden medaillewinnaars voerden dan ook gewoon de jaarranglijsten aan. Dat het seizoen voor velen behoorlijk lang was werd ook bewezen door de winnende prestaties want slechts één winnaar zou een seizoenbeste neerzetten. Dat de snelle mannen aan onze kust wonen bewees junior Rendel Vermeulen al met zijn sprintdubbeltitel. Ook zijn clubmakker **Yoran Deschepper/MACW** zorgde bijna voor dezelfde stunt, maar dan bij de iets oudere jongens. In de reeksen van de 60m snelde hij al zeer ontspannen naar 6"90 en in de finale ging het, ondanks dat hij nog twee honderdsten sneller ging, iets krampachtiger. Een spierkramp was de verklaring, maar zelfs met dit ongemak kroonde Yoran zich tot nationaal kampioen. In de 200m was het nagelbijten tot aan de finish en zelfs dan was nog niet meteen duidelijk of hij een tweede keer



Thomas Van der Poel
Foto Luc Dequick

goud zou pakken of dat hij de titel moest laten aan **Enguerran Bossicard/CABW**. Het was uiteindelijk die laatste atleet die met 21"71 één honderdste sneller was dan de West-Vlaming. Op de 400m won **Lionel Hal-leux/RIWA** een spannende finalereeks in 48"16 voor **Simon Mazebo/RESC** (48"49) en **Adrien Devriendt/ACME** (48"55).

De enige andere atleet die zou winnen ondanks dat hij de deelnemerslijsten niet topte was **Arne Vergison/ACB**. In een eerder trage of tactische 800m was hij met 1'59"61 een fractie sneller dan favoriet **Mattis Tanghe/AVMO** (2'00"46). **Stijn Van Nieuwenhove/EA**, die pas terugkeerde na bijna twee jaar blessureleed, pakte brons in 2'00"58. **Thomas Carmoy/CRAC** werd op het laatste nippertje nog toegevoegd aan de deelnemerslijst voor het WK indoor en kwam zijn springbenen nog eens testen. Zilveren **Sten Geenens/ASVO** wipte finaal over 2m08, maar toen was de atleet uit Charleroi nog niet aan zijn competitie begonnen. Hij sprong uiteindelijk over 2m20 en zal met vertrouwen afzakken naar Belgrado. De 2m25 zat er nu nog niet in.

Daar waar **Jente Hauttekeete/KAAG** aan de start verschijnt is steeds spektakel te zien. Eerst legde hij zowaar torenhoog favoriet **Nolan Vancauwemberghes/MOHA** het vuur aan de schenen in de finale van de 60m horden met een bom van een start. Met 7"99 dook de alleskunner voor het eerst onder de 8 seconden en hij kwam amper één honderdste te kort voor de titel. Zijn passage met de polsstok was echter van korte duur. Een test met nieuwe stokken draaide uit in het missen van de beginhoogte waardoor zijn competitie er meteen opzate. Mede-meerkampgenoot **Jef Misplon/RCG**, die in 8"48 eerder hordenbrons pakte, ging over 4m50 en dat was goed voor een twee-



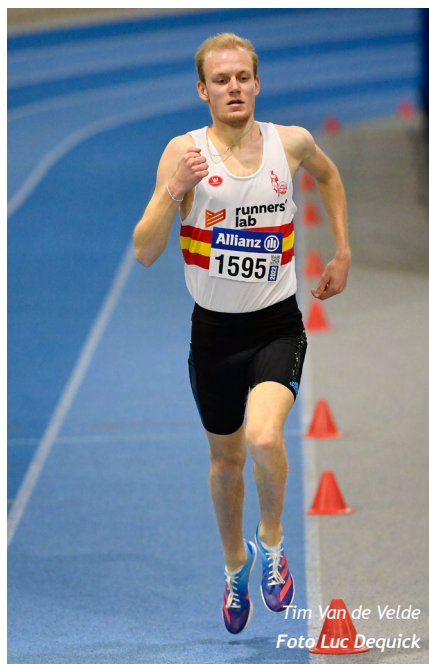
Arne Vergison
Foto Luc Dequick



Thomas Carmoy
Foto Luc Dequick

de plaats. **Gilles Ory/ATC** ging bij zijn eerste poging over 4m60 en pakte goud.

Spanning was er allerminst in het hinkstap-springen want de winnaar was al bij de eerste beurt gekend. In deze competitie stonden slechts drie atleten op de deelnemerslijsten en **Kwinten Torfs/ACHL** opende met 13m86 wat meteen ruim verder is dan wat zijn concurrenten eerder sprongen. In zijn laatste beurt verbeterde hij zich zelfs tot 14m09 waardoor hij de overwinning nog wat meer glans gaf. Ook provinciegenoot **Tim Van de Velde/DUFF** kende weinig moeite om te winnen. Eerder kroonde hij zich al tot Vlaams AC-kampioen en nu voegde hij ook de 1500m-titel bij de beloften toe aan zijn palmares. Met 3'50"08 vergaarde hij een kloof van 10 seconden op de rest. **Kwinten Cools/DCLA** haalde met de kogel een mooie 15m53 en dat is ruim



Tim Van de Velde
Foto Luc Dequick

een meter verder dan zilveren **Lukas Bats/LYRA** (14m44). Dan had **Mathew Ugwu/HCO** meer moeite om de overwinning binnen te halen. Een week eerder kwam hij in de verspringbak nog tot 7m16, maar op het BK leek alles stroever te gaan. Pas in zijn laatste beurt sprong hij 6m84 waarmee hij nipt **Yente Vandersteen/AVT** (6m82) en diens clubgenoot **Siebe Noblesse/AVT** (6m81) voor bleef.

REACTIES BELOFTES

Yoran Deschepper/MACW (goud 60m in 6"88 & zilver 200m in 21"72): "Het was een zeer intens indoorseizoen maar het echte topresultaat is er voor mij niet uitgekomen. Op het BK voor studenten liep ik met 6"82 wel een mooie tijd dus ik hoop te deze vorm te kunnen doortrekken naar vandaag. In de reeksen ging het nog soepel maar omdat we lang in de startblokken moesten blijven kreeg ik wat kramp dus kon ik mijn finale niet voluit lopen. Dat ik de titel in de 200m mis met 1 honderdste is jammer maar nu ga ik even wat rust nemen."

Tim Van de Velde/DUFF (goud 1500m in 3'50"08): "Op het BK AC moest ik starten in de B-reeks en dat zorgde voor wat frustraties terwijl ik nu meer ontspannen kon lopen. Toch kreeg ik het benauwd in de hal en ik had het gevoel dat er minder zuurstof was dan vorige keer. Ik heb echter mijn verantwoordelijkheid genomen en ben gestart tegen een stevig tempo. Na drie rondes ontstond er een kloofje en dat heb ik stelselmatig uitgebreid. Ik ben zeer tevreden over deze prestatie en het is een opsteker na een winter met toch wat tegenslagen. Ik voel mijn conditie steeds beter worden dus ik hoop me deze zomer te kunnen plaatsen voor het EK in München."

Kwinten Torfs/ACHL (goud hinkstap met 14m09): “We waren met slechts drie deelnemers maar de juryleden gaven ons voldoende rust tussen de sprongen. Bij mijn eerste sprong kreeg ik al meteen zekerheid over de titel maar pas bij de laatste twee sprongen voelde het helemaal goed aan. Bij mijn eerste poging stootte ik tien centimeter voor de plank af dus ik laat toch nog wel wat liggen. In de zomer ambieer ik toch wel minstens 14m50 en hoop zelfs nog verder te springen. Een podiumplaats op het BK AC moet zeker mogelijk zijn.”

Mathew Ugwu/HCO (goud ver met 6m86): “De laatste twee jaren kwam ik nauwelijks in actie want ik kampte met blessures en ook corona strooide roet in het eten. Bovendien is een combinatie sport en mijn studie handelsingenieur geen evidentie. Het was een zeer moeilijke wedstrijd want had afgelopen week weer wat last van een voetblessure. Vorige week verraste ik nog met 7m16 op het BK studenten. Vandaag



Sacha Kempeneers, Kwinten Torfs en Brent Gayse

Foto Luc Dequick

moet ik gewoon blij zijn met de titel. De zomer wordt onvoorspelbaar want ik moet

enkele stages volgen voor mijn opleiding.”

TEKST: Johan Permentier

De volledige uitslag van het BK junioren en beloftes vind je [hier](#).



Enguerran Bossicard, Yoran Deschepper, Arthur Carlier en Cobe Plasschaert

Foto Luc Dequick



Jente Hauttekeete en Nolan Vancauwemberghe

Foto Luc Dequick



COVER Andreas De Lathauwer

FOTO Luc Dequick

Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 13 - Woensdag 16 maart 2022

FOTO'S: Luc Dequick

TEKST: Johan Permentier (mannen) & Ben Ghyselinc (vrouwen)

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.