

# @LETIEKLEVEN

BEKER VAN VLAANDEREN MASTERS



# AS RIEME VERLENGT TITEL IN LANDELIJKE 1

Voor de masters is de gemengde interclubcompetitie geen nieuwigheid. Zij bewisten al enkele jaren hun Beker van Vlaanderen met gezamenlijk mannen en vrouwen. As Rieme wist met succes de titel te verdedigen in Landelijke 1. Na een spannende interclubmiddag in Betekom versloeg het twee andere gevestigde waarden DCLA en Ac Herentals. Ac Deinze (forfait) en FLAC (laatste) zijn de zakkers in Landelijke 1.

In het kamp van As Rieme waren ze dik tevreden met hun tweede interclubtitel op een rij. Teamkapitein Marnix Bruggeman wist vooraf dat de ploeg geen steken mocht laten vallen. "Vooraf verwachtten we veel tegenstand van DCLA en AZW. Zij kwamen ook sterk voor de dag. Samen met Ac Herentals en AVLO", reageerde Marnix Bruggeman die ook de vader is van Petra Bruggeman. "Voor de estafette moesten we zelfs achtervolgen. Gelukkig kunnen we altijd rekenen op goeie aflossingsploegen. De aflossingen brachten ons de voorbije jaren altijd de nodige punten op. Het was heel spannend. Vooral het feit dat we voor het tweede jaar op rij winnen, maakt het extra straf." Er waren meerdere redenen voor het succes. "We hebben een heel sterk vrouwenteam, misschien wel het sterkste team van België, maar ook algemeen waren we zeer sterk", legt Bruggeman uit. "We zijn heel blij dat het ons nog een keer gelukt is. We hadden ook het geluk dat we enkele nieuwkomers konden opstellen. Ook onze tactische keuzes zijn goed uitgedraaid. Bij de berekening die we vooraf maakten, kwamen we uit op een puntentotaal van 202. Uiteindelijk scoorden we 204 punten." In vergelijking met vorig jaar moest het Oost-Vlaamse mastersteam het niveau nog opkrikken om te kunnen winnen. "Het plaatje klopte. Het deed veel deugd om opnieuw te winnen. Ik denk dat we zelfs nog iets sterker waren dan vorig jaar", stelt Bruggeman. "Dat was nodig ook. Anders hadden we het niet gehaald. We hebben er echt voor moeten knokken. We hadden drie overwinningen minder dan vorig jaar, ook al was onze ploeg minstens even sterk. We zullen zien of het volgend jaar nog eens



De masters van AS Rieme  
Foto Johnny De Ceulaerde

Spanning troef in de hoogste afdeling. Voor de twee afsluitende estafettewedstrijden (4x100m vrouwen en 4x400m mannen) leidde een opvallend sterk DCLA (dat vorig jaar won in Landelijke 2B) nipt met 2 punten voorsprong op As Rieme. Terwijl de Oost-Vlamingen de volle buit binnenhaalden op de 4x100m vrouwen en tweede eindigden in de 4x400m, moest DCLA vrede nemen met een negende plek in de 4x400m. Dat bleek de doodsteek, want zo boog As Rieme de achterstand om in een voorsprong van 8 punten. 204pt voor Rieme en 196 voor DCLA was het eindverdict. Ac Herentals, dat het ook altijd prima doet op de BVV masters, eindigde derde met 185 punten. Onderin kon FLAC de degradatie niet vermijden. Het zakt samen met DEIN dat forfait gaf naar Landelijke 2.

ACHL zette al even vlot de 5000m naar z'n hand in 14'59"70. De werpers lieten ook knappe dingen zien met discuswinst voor Edwin Nys/DCLA (46m96), kogelwinst voor Filip Eeckhout/VS (14m17) en speerwinst voor Loïc Lemaître/DCLA (50m54). Kevin Muffels/ATLA zorgde voor één van de betere prestaties in de springnummers. De 42-jarige Limburger liet bij z'n laatste poging 5m93 optekenen in het verspringen.

Er vielen heel wat mooie prestaties uit de bus in Betekom. Karen Van Proeyen/ROBA won voor eigen club de 3000m in 10'24"36. Elke Gys/ACHL tekende voor een 40m-worp in het discus. De 41-jarige werpster gooide haar discus 40m81 ver. In het kogel moest ze ondanks een aardige 10m16 de zege laten aan meervoudig Belgische kampioene Catherine Timmermans/DCLA die voor de gelegenheid nog eens een kogel vastpakte en tot een mooie 12m01 kwam. Bij de mannen liet Hans Omey/AZW een knappe 1500m zien: winst in 4'00"77. Kevin Schauwaers/



VLNR: Bart Pauwels, Edwin Nys, Filip Eeckhout  
Foto Johnny De Ceulaerde

lukt. Ik vond het mooi dat we na afloop veel positieve reacties kregen. De voorzitter van DCLA kwam ons spontaan proficiat wensen met de zege. Het was een mooie dag."

De uitslag vind je [hier](#).

## 2A: LEBB HOUDT ZEGE THUIS

In Landelijke 2A ging thuisclub Ac Lebbeke met de winst en promotie aan de haal. Het had een dubbele estafettewinst nodig om de Bekerwinst over de eindstreep te trekken.

De drie clubs die erbovenuit staken in Landelijke 2A waren Ac Lebbeke (174 pt.), VOLH (172 pt.) en KAV Roeselaere (169pt). De thuisclub beschikte over de beste estafettetroeven en dat gaf de doorslag. Ac Lebbeke pakte in totaal vier zeges. Een van de vele uitblinkers in het team was Thomas Van Ingelgem. De spurter won de 100m in 11"07 en had een aandeel in de 4x400m-winst als startloper van de ploeg. "Zelf had ik het niet verwacht dat we zouden winnen met ons team", bekende Thomas Van Ingelgem die op het KVV nog onder de 11 seconden dook op de 100m. "Ik kon het vooraf moeilijk inschatten. Maar ik kan wel zeggen dat we doorheen de dag voelden dat het erin zat. Na een goeie start van onder meer onze speerwerper Andy De Coster en nog enkele anderen groeide dat gevoel. Met een aantal dertienpunters hingen we direct vooraan. Maar op het einde werd het toch nog spannend", legde hij uit. "Onze 400m-man Pieter De Maerschalck viel uit met een hamstringblessure. De 4x400m was doorslaggevend. Pieter Vanden Berghe moest nog invallen omdat de andere Pieter geblesseerd was geraakt. Een pluim voor

Thomas Van Ingelgem  
Fotograaf: Sven Pieters



Een mooi groepje spurtsters  
Foto Johnny De Ceulaerde

Monique die er aan had gedacht om reserves te voorzien. Er was dus geen paniek. Voor mezelf was de 4x400m zwaar uit mijn comfortzone, want ik ben een 100m- en 200m-specialist. Het was afzien. Ik zag het als een uithoudingstraining. Het was voor Ac Lebbeke een leuke, onverwacht overwinning. Het hele team was toch een beetje verbaasd over deze overwinning. Het was absoluut een collectieve prestatie." Onderin speelden de Oost-Vlaamse clubs ook een hoofdrol. ZA en KAAG eindigden elfde en twaalfde en degraderen. Een van de individuele uitblinkers in Betekom was de 43-jarige springer Peter Vandenkerckhove/SPBO. Hij won zowel het hoog (1m78) als het ver (6m20).

De uitslag vind je [hier](#)

## 2B: ZWAT ZEGEVIERT

In Landelijke 2B in Arendonk greep ZWAT de macht: winst met 183 punten voor ARAC (174 punten) en AVLL (171 punten).

De masters in Landelijke 2B trokken naar het uiterste noorden van het land in Arendonk waar ze terecht konden op een gloednieuwe atletiekpiste. De gras piste werd er immers recent vervangen door tartan. Er tekenden slechts tien clubs present aangezien de Limburgse clubs TACT en AVT forfait gaven. Zij kunnen het volgend jaar opnieuw proberen in Landelijke 3. Winnaar ZWAT maakte het verschil voornamelijk



De winnende ploeg van ZWAT  
Foto Jens Riskin



# Get ready for the best

Peter Genyn  
Allianz Ambassador

 [Klik om naar de podcast te luisteren](#)

met een sterk vrouwenteam. De vrouwen van ZWAT waren goed voor vier overwinningen. De 36-jarige Marijke Lequesne/ZWAT die in 2009 nog Belgische beloftekampioene 100m werd, stormde naar winst in de 100m in 13"65. Anke Heyrman won de 200m in 29"05, en het ver met 4m18 en de ZWAT-dames brachten ook het stokje als eerste binnen in de 4x100m. Hun tijd: 57"73. De mannen wisten de schade te beperken en zo trok ZWAT de winst en promotie over de streep. Thuisclub ARAC kwam in de breedte sterk voor de dag en dat resulteerde in de tweede stek. AVLL werd derde met 171 punten. Dat was 1 puntje meer dan LOOI. Vabco Mol vervulde de top vijf met 165 punten. VMOL had een opmerkelijk sterk mannenteam. Nieuwkomer bij de masters Bart Versmissen/VMOL leverde mooie prestaties in de springnummers: 5m92 in het ver en 1m80 in het hoog. Zijn naamgenoot Bart Geukens/VMOL was dan weer goed voor de werpdubbel discus (38m53) en kogel (12m33). Puike prestaties van de 40-jarige werper.

De uitslag vind je [hier](#)

### 3: VILVOORDE AC WINT

In tegenstelling tot vorig jaar toen er heel wat forfeits waren en er slechts acht mastersploegen aantraden, kende Landelijke 3 nu een erg mooie bezetting met 14 ploegen in het winderige Oostende. Vier promotietickets lagen te wachten. Die werden netjes verdeeld tussen 2 Antwerpse (AVKA en Brabo) en 2 Vlaams-Brabantse (ACB en Vilvoorde Ac) clubs.

In een typisch kustweertje (heel veel wind en iets frisser) mochten de masters in Landelijke 3 hun ding doen. Al bij de eerste tussenstanden prijkten AVKA, VAC, en Ac Brabo bovenaan. Ook Racing Gent startte sterk, maar de Gentenaren vielen uiteindelijk nog terug naar de zevende stek. Bij de winnende club Vilvoorde Ac maakten

#### Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 28 - Donderdag 8 juni 2023

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde,  
Jens Riskin, Sven Pieters, Michel Wynenberghe  
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.



De winnende ploeg van VAC  
Foto Michel Wynsberghe

vooral de vrouwen het verschil. De vrouwen veroverden vier voltreffers van 17 punten: Sofie Vanden Broeck won het discus met 36m36, Heidi Van Maele de 3000m in 10'50"45, Karen Vandendriessche de 200m in 30"29 tegen een muur van tegenwind en Eva Soetemans de 800m in 2'31"29. De mannen van Vilvoorde wisten geen overwinning in de wacht te slepen, maar ze presteerden prima in de breedte. Zonder stress vatte VAC de aflossingen aan. Met hun puntentotaal van 226 mochten ze vieren. Bij runner-up Ac Brabo (tweede met 211 punten) was het min of meer een omgekeerd verhaal. Daar legden de mannen de basis met liefst vijf overwinningen. Danny Van Cauwenbergh won de 400m in 56"62, Jamal Boussattati de 3000m in 9'17"27, Tom Goyvaerts het speer met 58m30 en het kogel met 11m80 en de 4x400m zette de kers op de taart met winst in 4'08"07 na zowaar een fotofinish met ACB. De derde club werd AVKA (190 punten). ACB sleepte dankzij een sterk eindsprintje met sterke prestaties in de estafetteproeven (mannen tweede in de 4x400m en vrouwen derde in de 4x100m) de vierde promotiestek in de wacht. Door de lastige wind bleven individuele uitschieters uit. Maar de 5m90 in het ver van Jeroen Thonon/AVKA (M40) mocht er wezen. Hetzelfde mag gezegd worden van zijn vrouwelijke collega Wendy Van Leuven/AVKA (W35) die het ver won met 5m00.

Ploegkapitein Marc Vanhoof zag hoe zijn team de verwachtingen overtrof. "Sinds anderhalf jaar ben ik trainer van de masters bij Vilvoorde Ac. Vorig jaar waren we

net niet op tijd voorbereid voor de BVV masters. Maar nu was het de ambitie om toch zeker te promoveren", vertelde hij. "We dachten dat het kon lukken. De promotie leek ons zeker haalbaar. Vooral met onze sterke dames, maar we hadden bij de vrouwen zeker geen overschot. We wisten dat ook Ac Brabo en AVKA een sterke ploeg hadden, maar alles is in de juiste plooi gevallen. Ik denk dat de masters het allemaal heel goed gedaan hebben. Ze hebben alleszins mijn verwachtingen overtroffen. Blijkbaar onderschat ik mijn atleten."

De uitslag vind je [hier](#)

een link naar onze podcast Track Record vind je [hier](#)



COVER Ruud Naudts

FOTO Johnny De Ceulaerde