

@LETIEKLEVEN

EUROPESE KAMPIOENSCHAPPEN U20



STERK EK U20 ONDANKS GROTE ZIEKENBOEG

De Belgische delegatie beleefde in Jeruzalem een bewogen EK U20. Door ziekte (keelpijn en koorts) veroorzaakt door de streptokokkenbacterie presteerden veel sterkhouders niet op hun normale niveau en moesten sommige atleten zelfs verstek geven. Desondanks kwamen er toch mooie, hoopgevende prestaties uit de bus van de grote delegatie. Medailles bleven dan wel uit. Een zevental toptienplaatsen is gezien de omstandigheden een aardig resultaat waarop de jonge generatie kan voortbouwen.

symptomen vast: witte puntjes in de keel, keelpijn, koorts", vertelde team leader Mieke Seminck. "Veel atleten kregen een angina (keelontsteking). Ons eerste idee was dat het te maken had met de temperatuurshock. Nochtans hadden we de atleten goed gebriefd over hoe ze moesten omgaan met de hitte en de airco en de temperatuurwisselingen. Maar we ontdekten dat ook andere landen zoals Oostenrijk met dezelfde problemen kampten. Zelfs de zuiderse teams zoals Portugal - een land waar ze toch wel vertrouwd zijn met hitte en airco - hadden gevallen. Alle ploegen in ons hotel bleken getroffen te zijn. Er is dan een teamarts van de organisatie langsgelopen. Die heeft beslist om het voedselagentschap erbij te roepen om het hotel te screenen, want de bron van de streptokokken zou ook van voeding of slechte hygiëne afkomstig kunnen zijn. Momenteel wachten we nog altijd op de resultaten. We hopen dat ze de resultaten ook met ons zullen delen. Ik vind dat de atleten het recht hebben om te weten wat er aan de hand was. Dat zijn ze de atleten verschuldigd zodat zij weten dat het wellicht niet aan de hitte lag." De streptokokken hielden lelijk huis. "Uiteindelijk waren er een negental bevestigde gevallen van streptokokken bij de atleten. De omkadering bleef grotendeels gespaard. We zijn kampioen geworden in streptokokken. Die situatie heeft ons misschien wel twee medailles gekost. Merel was normaal gezien een zekerheid in het hoog en ook Régis was niet kansloos, want hij gaf een hele sterke indruk in zijn 1500m-reeks." De gezondheids crisis werd goed gemanaged. Sommige atleten in de kampnummers konden on-

303

Allianz

VLAAMSE
ATLETIEKLICHA



Némo Rasé en team leader Mieke Seminck
Foto Belga

VAN EK U18 NAAR EK U20

In 2022 vond het EK U18 ook plaats in Jeruzalem. De Belgische scholieren kaapten daar een recordoogst van drie medailles weg met Némo Rasé/USBW (zilver 110m horden), Zoë Laureys/DUFF (zilver 400m horden) en Merel Maes (brons hoog). Die drie medailisten waren opnieuw van de partij op het EK U20. Ook Charlotte Penneman/ACW, Rhune Vanroose/AVLO, Lola Lepère/BBS en Ides Verhulst/ACW deden vorig jaar al kostbare ervaring op in het Midden-Oosten. Ervaring opdoen - tegenlagen verwerken hoort daar ook bij - is voor de jeugdathleten van groot belang en het EK U20 werd door allerlei omstandigheden een speciale belevenis.

MIEKE SEMINCK: "ZIEKTEGEVALLLEN KOSTTEN ONS 1 OF 2 MEDAILLES."

De gezondheids crisis had uiteraard een grote impact op het Europees kampioenschap voor junioren (U20). Na de eerste competitiedag op maandag kregen enkele atleten last van keelpijn en koorts. Aanvankelijk keek men in de richting van

temperatuurshock - het was meer dan 30 graden Celsius in Jeruzalem - en de airco, maar er bleek wellicht meer aan de hand te zijn. Gelukkig was teamarts Petra Bruggeman mee afgereisd naar kampioenschap. "De dokter stelde telkens dezelfde



Killian Mersseman
Foto Belga

danks ziekte toch nog in actie komen. "We hebben zelfs via videoconferentie overlegd met dokter Parys en Bellemans. Na grondig overleg is er beslist dat Merel toch kon deelnemen aan de hoogspringfinale. Maar we wisten dat ze een groot percentage prestatieverlies zou hebben. Dat bleek natuurlijk ook zo. Eigenlijk is het straf dat ze ondanks haar ziekte nog zesde werd."

SPURT: 4X100M NET NIET

Doordat de reeksen wegvielen mocht Killian Mersseman/ASVO zich meteen bewijzen in de halve finale van de 400m. Hij had zich met een knap PR van 47"18 nipt weten te plaatsen voor zijn eerste internationale kampioenschap. In de halve finale van de 400m presteerde de 18-jarige spurter op niveau. Hij racete naar de vijfde plaats in zijn serie in 47"94, zijn derde chrono ooit. Dat bleek niet voldoende om door te stoten naar de volgende ronde. Hij sloot het EK U20 af als zeventiende overall.

De 4x100m-mannen traden met een mooi ploegje aan nadat ze zich op een meeting in Mol op 21 juli nog vlak voor de deadline hadden geplaatst voor het EK junioren dankzij een tijd van 40"59. Stijn Van Der Vreken/ACW (ook ziekjes), Ibrahim Camara/DACM, Cédric Motieh/RFCL en Luca Laurent/SAMB bewezen dat ze hun selectie waard waren. Ze zetten met 40"62 de negende tijd neer. Ze strandden zo op amper zes honderdsten van een finaleplaats. Maar ze toonden vooral dat er nog spurttalent zit aan te komen voor de toekomst.



Zoë Laureys
Foto Belga

HORDEN: HALVE FINALE EINDSTATION

Op de 400m horden stonden er drie landgenoten ingeschreven. Alle drie wisten ze vlot de reeksen te overleven. Kylie Lambert/CABW (tweede in haar reeks in 58"48), Zoë Laureys/DUFF (tweede in haar reeks in 59"37) en Mimoun Abdoul Wahab/HF (derde in zijn reeks in 52"03) stootten door naar de halve finale. De halve finale bleek het eindstation voor dit drietal. Zoë Laureys liep in haar halve finale naar een beste seizoenprestatie van 58"57 waarmee ze tiende in de totaaluitslag eindigde. Kylie Lambert



Kylie Lambert
Foto Belga

bleef steken op 59"76 en werd vijftiende. Mimoun Abdoul Wahab/HF had z'n dagje niet en strandde in 54"99 op een twintigste stek.

Hordespurter Némó Rase/USBW kreeg in z'n reeks af te rekenen met een kapotte startblok die wegschoof. Na heel wat gedoe mocht hij z'n reeks opnieuw lopen. Uiteindelijk plaatste hij zich met een tijd van 13"74 voor de halve finale van de 110m horden. Daarin finishte hij elfde in 13"53, maar het niveau lag hoog. De chrono bleek niet genoeg voor een finaleplaats. Hij dook twee tienden onder zijn persoonlijk record, maar had te veel rugwind (3,4m per seconde) voor een homologeerbare prestatie.

(MIDDEN)AFSTAND: THIBERT EN PENNEMAN ZIEK

De atleten op de (midden)afstand waren bijzonder goed vertegenwoordigd. Mathis Lievens/VAC haalde de finale van de 3000m. In zijn reeks wist hij nipt door te stoten door achtste te finishen in 8'33"81. Simon Jeukenne/HERV kende pech. In zijn reeks werd hij tiende in 8'30"42. In tegenstelling tot Mathis Lievens haalde hij de eindstrijd niet. In de finale kregen we een trage 'boemelkoers'. Belgisch juniorekampioen veldlopen Mathis Lievens had nog een behoorlijk eindschot in de benen en klokte na een supersnelle slotronde af als tiende in 8'52"67.



Nel Vanopstal
Foto Belga



Get ready for the best

Kim Gevaert
Allianz Ambassador

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

Casper Lievens/VAC, de tweelingbroer en trainingsmakker van Mathis, trad aan in de 1500m samen met Viktor Leenaert/AZW en Régis Thibert/HERV. Casper (twaalfde in 3'58"94) en Viktor (tiende in 3'56"92) overleefden de reeksen niet. Régis Thibert stootte wel door dankzij een sterke derde stek in 3'54"35. Helaas was Régis Thibert één van de landgenoten die af te rekenen kreeg met ziekte. Hij moest daardoor forfait geven voor zijn finale. Ook de rechtstreekse finale van de 5000m moest de vice-Belgisch juniorekscampioen cross laten schieten. Charlotte Penneman/ACW onderging hetzelfde lot. Zij moest ziek verstek geven voor de rechtstreekse finale van de 3000m. Nel Vanopstal/GEEL strandde in de reeksen van de 1500m. Ze kende geen topdag en realiseerde in een tactische koers de achtste tijd (4'32"20). Op de slotdag mocht Tristan Gevaert/HAC opdraven in de rechtstreekse finale van de 5000m. De race verliep tactisch en pas in de laatste kilometer werd alle beslist. De West-Vlaming werd achtste in 14'43"68. Rhune Vanroose/AVLO mocht op dag 1 als allereerste Belg aan de (steeple)bak. De nationale kampioene steeple had dikke pech. Doordat ze na iets minder dan 1km struikelde over één van de balken, verloor ze veel terrein. Moedig krabbelde ze recht om race af te maken. Ze realiseerde met 10'54"93 de negentiende tijd in de totaaluitslag. Het spreekt voor zich dat de ziektegevallen een serieuze domper waren voor onder andere Charlotte Penneman en Régis Thibert. Zij krijgen hopelijk in december de kans om zich te tonen op het EK veldlopen in Brussel.

Mathis Lievens
Foto Belga

MEERKAMP: SENNAH VAN-HOEIJEN TWAALFDE

De eerste twee dagen van het EK U20 stonden voor Sennah Vanhoeijen/DEIN in het teken van de zevenkamp. Na een knappe titel op het BK verspringen als generale repetitie was ze met veel vertrouwen afgereisd naar Jeruzalem. Ze draaide een degelijke zevenkamp. Op de eerste dag stond ze vijftiende in de tussenstand. Dankzij prima prestaties op de resterende drie proeven op dag 2 wist ze nog wat terrein goed te maken en te stijgen naar de twaalfde plaats. Alleen in het ver bleef de stabiele 6m-springster met 5m80 iets onder haar normale niveau. Ze

totaliseerde 5.438 punten. Daarmee bleef ze slechts 34 punten onder haar persoonlijk record. Het was alweer een mooie ervaring voor haar nadat ze in 2022 nog achtste werd op het WK U20 in Cali.

WERP: SENA TAY EN IDES VERHULST ACHTSTE

Drie werpers hadden zich geplaatst voor het EK U20. Speerwerper Ides Verhulst/ACW presteerde prima. In de kwalificaties prikte hij zijn speer 67m90 ver. Dat bleek ruim voldoende voor een plek bij de beste 12 in de finale. Daar bevestigde hij. De Waaslander schudde een mooie worp van 67m44 uit

Tristan Gevaert
Foto BelgaSimon Jeukenne
Foto Belga

z'n schouder. Goed voor de achtste plaats. Alexander Anthonissen/KAPE was naast de vele zieken één van de pechvogels op het kampioenschap. Hij opende zijn kogelkompetitie met een 'verre nulpoging' en na een ongeldige tweede en derde poging had hij drie kruisjes achter zijn naam. Balen voor de beloftevolle werper. In het discus maakte Sena Tay/STAX een goede beurt. Ze gooide haar werptuig 49m56 ver in de kwalificaties en stootte zo door naar de finale. Met opnieuw een mooie poging van 49m12 bemachtigde ze een achtste plaats.

SPRING: ZIEKE MEREL MAES ZESDE

Zoals verwacht stootte Merel Maes/ACW vlot door naar de finale van het hoogspringen. Toen ze in de kwalificaties bij haar tweede beurt over 1m83 ging, was ze zeker van een finaleplaats. Helaas kreeg ze af te rekenen met ziekte (koorts en keelpijn). Na uitgebreid overleg met de medische staf besloot ze om toch deel te nemen aan de hoogspringfinale. Logischerwijze haalde ze daarin niet haar beste niveau. Het werd een zesde plaats nadat op 1m86 de lat drie keer naar beneden kwam. Op het WK in Boedapest krijgt ze de kans om zich opnieuw te bewijzen.

Polsstoktalent Lola Lepère/BBS volbracht in de kwalificaties haar opdracht met verve. Ze legde een foutloos parcours af en bij haar eerste poging ging ze gezwind over 4m00. Dat leverde een ticket op voor de finale. Ze klom in de finale 3m90 hoog. Helaas kwam de lat drie keer naar beneden op 4m05. Het werd een negende stek voor de atlete die een PR heeft staan van 4m04.



Alexander Anthonissen
Foto Belga



Sennah Vanhoeijen
Foto Belga

MIEKE SEMINCK: "PLOEG GING GOED OM MET DE SITUATIE."

Hoewel de medailles uitbleven vielen er toch veel positieve zaken te noteren. "Het feit dat we geen medailles haalden, is te wijten aan de medische situatie en deels ook aan het feit dat veel junioren nog ervaring moeten opdoen", vertelde Mieke Seminck die zag hoe de gezonde atleten wel op hun waarde wisten te presteren. "De atleten hebben het in moeilijke omstandigheden prima gedaan. Het is zeker niet zo dat we daar de toerist hebben uitgehangen", beklemtoont ze terecht. "Twee van onze drie werpers haalden de finale. Dat is fantastisch. Alleen Alexander Anthonissen had pech. Zijn eerste worp was wellicht kwalificatiewaardig, maar hij raakte met zijn voet de balk. Dan is de stress toegeslagen. Hij

baalde er enorm van, maar na een dag had hij de knop omgedraaid. Hij ging op een heel volwassen manier om met de tegenslag. Hij beseftte snel dat zijn ambities verder reiken dan alleen maar eens een EK U20 te mogen meemaken. De 4x100m-ploeg heeft volgens mij veel potentieel met twee eerstejaars in het team. De hordelopers haalden allemaal de halve finale." Het was misschien niet het makkelijkste kampioenschap, maar in ieder geval wel een leerrijk kampioenschap. "Ik moet de ploeg feliciteren. De atleten zijn heel volwassen en verstandig omgegaan met de situatie. Van paniek was niet echt sprake. Dikke chapeau voor de ploeg dus. Ik ben o zo dankbaar dat we een dokter meegenomen hebben. Petra is heel sereen met de situatie omgesprongen."



Merel Maes
Foto Belga



Sena Tay
Foto Belga

REACTIES

Ides Verhulst/ACW (achtste speer met 67m44): "Ik vond het wel tof dat het EK net als vorig jaar opnieuw in Jeruzalem was, want ik wist hoe alles zou verlopen, ik was heel relaxed en ik kende er mijn weg. Dat heeft zeker geholpen om goed te presteren. Maar ik was ook echt wel in topvorm. Ik was supercontent met de plaats. Dat ik achtste zou worden, had ik totaal niet verwacht. Vooraf hoopte ik op een finaleplaats, maar zelfs dat zou moeilijk worden. De afstanden vielen een beetje tegen. Na de kwalificatie had ik qua afstand op iets meer gehoopt, maar er stond veel tegenwind. Er kwam geen uitschieter. Of ik aan de 70m denk? Toch wel. Eigenlijk had ik die hoop al een beetje voor het EK, maar het zal voor later zijn. Wie weet lukt het op het BK juniorees nog en voor het BK doe ik ook nog enkele wedstrijden."

Zoë Laureys/DUFF (tiende 400m horden in 58"57): "Langs de ene kant was het jammer dat het EK opnieuw op dezelfde locatie plaatsvond, langs de andere kant was het ook wel gemakkelijk. Maar ik ben vooral blij dat ik nog eens aan een EK kon deelnemen. Over mijn prestatie ben ik zeker wel tevreden omdat ik pas eind juni gestart ben met wedstrijden. Het was tof om erbij te zijn en leuk om daar mijn beste seizoensprestatie te lopen. Het EK was het eerste doel van mijn korte seizoen. Ik heb mijn doel bereikt. De rest van het seizoen ga ik nog wel wat wedstrijden lopen om vooral nog snelheidsprikkels op te doen, want de snelheid moet nog beter. Ik ben vorige winter veranderd van trainer dus momenteel is



Lola Lepère
Foto Belga



De 4x100m-ploeg met Stijn Van Der Vreken, Ibrahim Camara, Cédric Motieh en Luca Laurent
Foto Belga

het ook nog een beetje zoeken."

Sennah Vanhoeijen/DEIN (twaalfde zevenkamp met 5.834 punten): "Op zich hou ik een tevreden gevoel over aan mijn zevenkamp. Het was een consistente meerkamp. Op alle proeven haalde ik een mooi, constant niveau van meestal net onder mijn PR. Behalve dan in het verspringen. Dat was iets minder. Maar ik heb uiteindelijk wel een deftige score neergezet. Dat het ver tegenviel, is misschien een kleine teleurstelling. Al was het in vergelijking met de andere deelnemers zeker niet slecht. Blijkbaar was het geen gemakkelijke proef om de tweede dag mee te beginnen. Zo'n internationaal kampioenschap smaakt zeker naar meer. Het is leuk om te doen en ik heb weer veel bijgeleerd. Wat nu de volgende stap is? Dat is om misschien aan iets meer buitenlandse wedstrijden deel te nemen. Volgend jaar is er ook nog geen EK U23. Ik wil gewoon blijven doordoen en progressie maken en dan zie ik wel waar ik uitkom. Dit seizoen neem ik nog deel aan het BK juniorees. Daar neem ik al zeker deel aan het ver. Of ik er nog een extra proef bijdoe, moet ik nog bekijken. Voor dat BK kan ik me nog wel één keer opladen om nog een PR of een mooie prestatie neer te zetten."

De uitslag van het EKV18 vind je [hier](#)



COVER Ides Verhulst
FOTO Belga

Vlaamse Atletiekliga vzw
@letiekleven 42 - Donderdag 17 augustus 2023

FOTO'S: Belga
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.