

# @LETIEKLEVEN

KVV CADETTEN EN SCHOLIEREN





# JARI DE PROFT ZET BR CADETTEN OP 10"96

Terwijl deze zomer al opvallend veel kampioenschappen in slechte weersomstandigheden plaatsvonden, kregen de cadetten en scholieren op Moederdag prima atletiekweer voorgeschoteld. Met sterke prestaties tot gevolg. Vooral de uitschieter van Jari De Proft die het Belgisch cadettenrecord 100m verbeterde tot 10"96 bleef bij. Cadet Kilani Njema tekende voor een supersnelle 1500m steeple van 4'23"66. In het kogel pakte scholier Kamiel Van Raemdonck uit met een straffe stoot van 18m77. Laura Ooghe was nog maar eens goed voor een 6m-sprong met 6m01 en Kyani Joosten liet een puik persoonlijk polsstokrecord van 3m92 optekenen.

overigens de best vertegenwoordigde club op het KVV. Favoriet Nand Put/LOOI won de 1500m in 4'21"52. Op de 1500m steeple voerde Belgisch cadettenkampioen veldlopen Kilani Njema/EA een straf nummer op. Hij liep solo naar een erg sterke tijd van 4'23"66. Slechts twee Belgische cadetten, Tim Van de Velde (4'13"62) en Louis Vander-messen (4'19"03) liepen ooit sneller.

316

Allianz  
VLAAMSE  
ATLETIEKLIGA



800m cadetten met o.a. Julian Van Aken (1445)

Foto Nadia Verhofs

## SNELLE FLAVIO VAN LOO OP DE 100M HORDEN

De 100m horden was een kolfje naar de hand van Flavio Van Loo/ACME. Hij knalde naar 13"52. Helaas had hij dikke pech met de windmeter die +2.1m aangaf. Juul Dericx/SACN heerste op de 300m horden. De topfavoriet snelde naar een puik persoonlijk record van 40"59. In het verspringen deed Flavio Van Loo er een tweede gouden plak bij met opnieuw een sterke prestatie. Hij landde 6m14 ver. Mohamed-reda Chemakh/ACW haalde het in het hoog met 1m82. Thias Van Rompaey/ROBA claimde de polsstoktitel met een gelukke eerste poging op 3m85 na een fel duel met Thies Flamez/RCT die over 3m80 geraakte en na een nulsprong op 3m85 nog tevergeefs 2 keer probeerde op 3m90. De hinkstaptitel ging naar Sten Coene/KAAG met een zeer degenlijke 12m12. Atletiekclub KAAG was één van de grote medailleslokkers met dertien exemplaren: 5 goud, 6 zilver en 2 brons.

Tore Dekoninck/HAC besliste de discuscompetitie al bij zijn eerste worp. Hij wierp zijn schijf 52m95 ver en dat was ruimschoots voldoende voor goud. Sten Coene haalde

## CADETTEN JONGENS: KANONTIJD JARI DE PROFT

Afgezien van de wind die in de namiddag af en toe iets te hard in het voordeel blies, bleken de condities perfect voor topprestaties. In iedere categorie zagen we sterke spurtijden op de snelle piste in Heusden. De kanontijd van Jari De Proft/GRIM gaat zonder enige twijfel de boeken in als dé prestatie van het KVV. De cadet stond ingeschreven met 11"24. In de reeksen maakte hij met 11"14 (wind: -0.3m) al brandhout van die tijd. Maar wat hij in de finale liet zien, was héél straf: 10"96! Daardoor stonden Sam Van Dooren/ALVA (11"23) en Jim Van Bael/TUAC (11"30) met hun nochtans prima chrono's niet op de foto. Als eerste Belgische cadet ooit dook Jari De Proft onder de 11 seconden. Het vorige BR dateerde al van 2000 en stond met 11"03 op naam van Hoosan Rahmoun/CSF. Op de 200m oogde de winnende tijd van Jari De Proft iets minder spectaculair. Hij spurte naar 22"67 met 2.2m meewind. Ludkin Papenfus/GENK won de 400m in 52"44 na een spannende strijd met Brent Saelens/VITA (zilver in 52"49). James Noels/LOOI (52"96) mocht als derde mee op het podium. De 800m begon aan

een slakkengangetje. Na een passage in 1'15 na de eerste rond kwam het aan op de pure snelheid. Julian Van Aken/DCLA trok vlot het laken naar zich toe met een indrukwekkende eindsprint. De klok stopte op 2'12"90. Atletiekclub DCLA was met 39 deelnemers



Discuspodium cadetten met Tore Dekoninck (m), Sten Coene (l) en Arne Claeys (r)

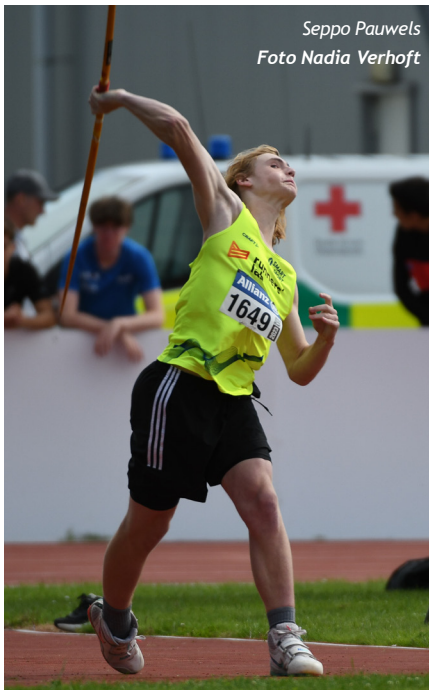
Foto Nadia Verhofs



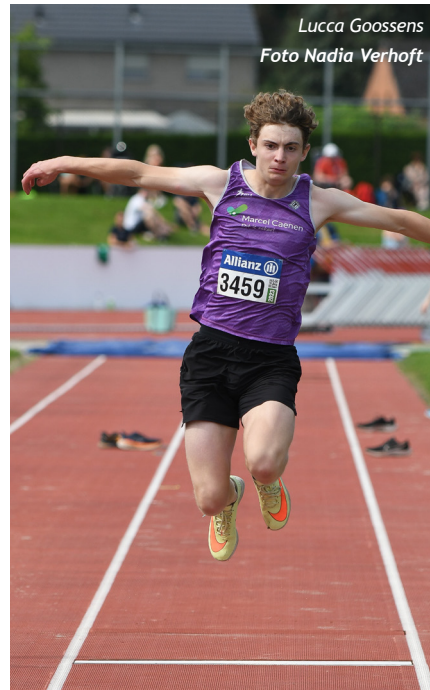
met 49m27 (zilver) zijn tweede medaille binnen. In het kogel moest Dekoninck vrede nemen met zilver met 13m72. Hij stuitte op een sterke Seppo Pauwels/ACW. De zoon van coach Bart Pauwels claimde de titel met 15m48. In het speerwerpen volgde er een tweede titel voor de Waaslander. Zijn speer vloog 54m91 ver.

## SCHOLIEREN JONGENS: STERKE (HALVE) FOND IN WARM WEER

Op de 100m betwistten Rune Vandezande/ADD en Niels Van de Cloodt/ACW een spannend en hoogstaand duel. Door enkele valse starts waren de reeksen een beproeving voor de zenuwen, maar in de finale was iedereen goed weg. Niels haalde het in de 100m-finale in 10"95 voor Rune die in de reeksen met 10"92 (wind +2.6m) een sterke indruk gaf, maar in de finale bleef steken op 11"05. Op de 200m boekte Niels Van de Cloodt een tweede succes met goud in 22"05. Topfavoriet Yannick Delanghe/HAC was de beste op de 400m in 51"42. In de spannende 800m ging Lowie De Bruycker/KAAG met de zege aan de haal. Hij finishte in 1'58"21 en gaf nipt Sterre Dieltjens/AVLL het nakijken. Lowie Wouters/SACN (1'59"52) maakte het podium compleet. De 1500m haalde een erg mooi niveau. Mats Vervoort/AVLL nam meteen het commando en maakte er een snelle race van. In de spurt kwam Tijl Wachtelaer/ACKO er nog over. Tijl (3'58"66) en Mats (3'59"00) doken allebei netjes onder de 4 minuten. Ze werden beloond met een



Seppo Pauwels  
Foto Nadia Verhoft



Lucca Goossens  
Foto Nadia Verhoft

felbegeerde selectie voor de Youth Memorial. Arne Landuyt/AVT (4'01"76) mocht het brons om zijn nek hangen. Op de 3000m ging Belgisch veldloopkampioen Willem Renders/HCO behoorlijk hard in het warme weer. Hij klokte na zeven en halve ronde af in 8'41"25. Daan Lievens/VAC kon aardig mee en volgde twee tellen later in 8'43"41. Ilio Kopriva/AVT (8'45"26) reef het brons binnen. Het goud op de 2000m steeple viel ook in West-Vlaamse handen. Matis Loosvelt/AZW maakte zijn verre trip naar Heusden niet voor niets. Hij keerde huiswaarts met goud in een tijd van 6'35"26. Kobe Van Raemdonck/BRAB triomfeerde met voor-

sprong op de 110m horden. Zijn tijd: 14"40. Op de 400m horden stormde Tibo Leboda/AVKA onhoudbaar naar goud in 55"88.

## KAMIEL VAN RAEMDONCK SNUFFELT AAN 19M-GRENS

Lucca Goossens/ATLA veroverde de springdubbel hinkstap (beste Belgische jaarprestatie van 14m02) en hoog (1m97). In het hinkstap strandde hij op slechts 2cm van het provinciaal Limburgs record. Loïc De Vos/AVLO klom 4m20 hoog met de polsstok. Niemand ging hoger. Yoran Knuysen/ACA hield het verspringgoud in Limburg. Zijn winnende afstand bedroeg 6m73 (wind: +3.1m).

Het kogelstoten is tegenwoordig een proef waarop in verschillende categorieën sterk wordt gepresteerd. Bij de scholieren is Kamiel Van Raemdonck/KAAG de beste kogelstoter van het moment. Hij veroverde de titel met 18m77. Daarmee bleef hij slechts 11 cm onder zijn PR. Het negen jaar oude BR scholieren van Ylia Defrère van 19m24 komt stilaan in het vizier. De Haasdonckenaar mocht ook het discusgoud ophalen dankzij een verste poging van 52m14. Tuur Lambrechts/GEEL prikte zijn speer 61m67 ver. Dat was een eindje onder zijn imposante PR van 66m67, maar het volstond ruimschoots voor de titel.



Mats Vervoort (l) en Tijl Wachtelaer (r)  
Foto Nadia Verhoft



# Get ready for the best

Rani Rosius  
Allianz Ambassador

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



## CADETTEN MEISJES: ILONA DHAENENS WINT VER EN 100M

Bij de cadetten meisjes zagen we veel spannende wedstrijden. Ilona Dhaenens/DEIN kwam zowel in de 100m als in het verspringen sterk voor de dag. Ze zette zo een knappe dubbele titel op haar palmares met puike prestaties van 12"07 (100m) en 5m63 (verspringen). Het niveau mocht er wezen in het ver met Ella Haquier/ROBA en Liese Van Theemsche/AVLO die beiden nog 5m56 lieten noteren. Ella kreeg het zilver dankzij een betere tweede poging van 5m46. Liese moest vrede nemen met brons. Op de 200m bekroonde Helena Winters/ABES haar sterke seizoen met het goud in 25"83. Een mooie revanche nadat ze in de hoogstaande verspringcompetitie nipt naast het podium viel met 5m54. Guinevere Cruyts/TACT was de snelste op de 400m in 58"00. Jana Vergote/RIEM haalde de kampioenstitel op de 800m. Haar tijd van 2'18"51 was bijzaak. Ook de 1500m-titel viel in Oost-Vlaamse handen. Esther Callebaut/EA won ietwat verrassend het goud in 4'46"46 met ruim drie seconden voorsprong. Vooraf stond ze pas met de derde tijd ingeschreven, maar de wedstrijditslag weerspiegelde niet de beste seizoensprestaties. Romy Allami/DUFF soleerde naar de titel op de 1500m steeple in een sterke 5'10"10 in clubrecord voor haar club Ac Duffel.

Elena Walraet/HAC mocht heel blij zijn met het goud op de 80m horden. Haar sterke chrono van 11"59 kan helaas niet gehomo-



Tuur Lambrechts  
Foto Nadia Verhoft

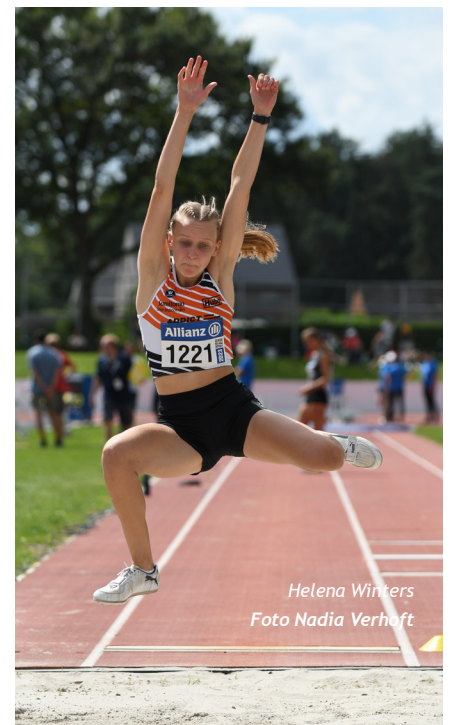
logeerd worden vanwege te veel rugwind (+2.8 m per seconde). Lonneke Callens/AVMO schitterde met een gouden medaille op de 300m horden in 46"02.

Enola Verschelden/DEIN liet geen steek vallen in het hoog. 1m60 volstond voor de hoofdprijs. Nore Hendrickx/GENK klaarde dezelfde hoogte, maar liet meer foutpogingen noteren waardoor het zilver werd. Fien Hannes/ACHL (1m55) won brons. Janne Vergote/RIEM reef de hinkstaptitel binnen met 10m78. Noor Declercq/AZW was outstanding in het polsstok: goud met 3m25.

Lien Swinnen/ATLA won nipt de discuscompetitie dankzij een verste poging van 35m15. Runner-up Laure Plaetvoet/HCO deed nauwelijks onder met 35m01. Malien Van baelen/AVLL (33m76) bezette het derde podiumtrapje. Chiara Dhont/HAC 'kogelde' een winnende 13m01. Laure Plaetvoet/HCO (12m36) moest opnieuw tevreden zijn met zilver. Daphne Desseyne/HAC won brons. Haar afstand: 12m09. Met een verste worp van 38m96 claimde Camille De Clercq/ASVO de speerwerptitel.

Podium cadetten verspringen: Ilona Dhaenens (m), Ella Hauquir (l) en Liese Van Theemsche

Foto Nadia Verhoft



Helena Winters  
Foto Nadia Verhoft



## SCHOLIEREN MEISJES: SPURT-DUBBEL JANA DE RAEDT

Thuisclub AVT was goed voor liefst negen medailles (2x goud, 3x zilver en 4 x brons) op het KVV. Scholiere Jana De Raedt/AVT tekende voor de traditionele spurdubbel 100m en 200m. De thuislete versloeg in de finale overtuigend haar clubgenote Lore Foesters/AVT. Ze won in een dik PR van 12"02. Lore Foesters (12"30) en Ine Impens/KAAG (12"38) vergezelden haar op het podium. In de 200m behaalde Jana De Raedt haar tweede titel. Vooraf stond ze niet met de snelste chrono ingeschreven, maar ze overtrof zichzelf en dankzij alweer een recordtijd (24"71) mocht ze vieren. Camille Sonnevillie/KAAG (25"31) en Zoë Willemyns/ABES (25"55) kregen de resterende medailles. Anne Sophie-Bremans/ACHL bewees nog maar eens dat ze de regelmaat zelf is op de 400m. De atlete die gecoacht wordt door Stef Vanhaeren snelde naar 55"50. Ruim voldoende voor de zege. Op de 800m versloeg Margaux Dossche/ACME in 2'18"42 nipt Ninte Kegeleers/AVLL die zich kon troosten met een Youth Memorial-selectie (zie verder). Kyra Verdonck/LOOI was afgetekend de beste op de 1500m in 4'45"81. Net als Marie-Laure Noë die haar favorietenrol op de 3000m glansrijk waarmaakte (winst in 10'18"28) en Marthe Nyssen/ADD die overtuigend de 2000m steeple winnend afsloot in 7'24"60. Voor supertijden op de langere afstanden bleek het net een tikeltje te warm. Camille Sonnevillie/KAAG kreeg meer tegenstand dan ze gewend is op de 100m horden. Ze won wel in 13"99, maar Martha Geerardyn/ACW (14"01) hijgde in haar nek. Laura Ooghe/HAC bewees nog maar eens dat ze veel meer kan dan alleen



Kyani Joosten  
Foto Nadia Verhoft



Podium speerwerpen cadetten met Camille Dostercq (m), Ellen Schotte (l), Yvonne Sanders (r)  
Foto Nadia Verhoft

verspringen. Zij behaalde brons in 14"19.

## EYOF-GANGERS SPRINGEN STERK

In de springnummers domineerden de EYOF-gangers. Marthe Geerardyn won ook nog zilver in het hoog (1m63) na Svea Van Laere/AVLO (1m70), Laura Ooghe haalde nog een logische verspringtitel (6m01) binnen en Kyani Joosten/SACN won het polsstok met een knappe 3m92. Een schitterend PR. Slechts vijf Belgen sprongen ooit hoger. De hinkstaptitel ging naar Jenna Vermeulen/ZWAT met 11m47. AVT leverde een prima job als organisator van het KVV cadetten en scholieren. Het drukke programma werd redelijk vlot afgewerkt. In totaal namen er 620 cadetten en scholieren. DCLA, ROBA, AVT en ACHL waren de best vertegenwoor-

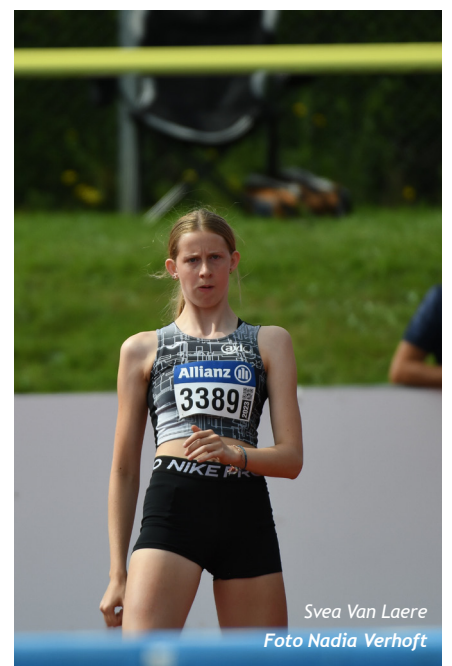
digde clubs. Het kampioenschap werd ontstierd door een zeer jammerlijk incident. Een opwarmende atleet werd geraakt in de voet in de opwarmingszone door een speerworp van een andere atleet. Het toont nog maar eens dat een ongeluk snel kan gebeuren en dat het altijd voor iedereen opletten geblazen is op een atletiekpiste.

## 8 NIEUWE NAMEN VOOR YOUTH MEMORIAL

Op het KVV cadetten en scholieren vielen er nog enkele felbegeerde selecties voor de Youth Memorial te verdienen. Een achttal scholieren wist in Heusden nog een selectie te bemachtigen. Lowie De Bruycker/KAAG en Mats Vervoort/AVLL vervoegen het topveld van de 1000m. Ninte Kegeleers/AVLL en Eline Debaere/AVT waren zichtbaar



Margaux Dossche  
Foto Nadia Verhoft



Svea Van Laere  
Foto Nadia Verhoft



gelukkig met hun selectie bij de meisjes. Spurters Ine Impens/KAAG (brons op de 100m in 12"38) en Niels Van de Cloodt/ACW (zilver 100m en goud 200m) zien we ook terug in het Koning Boudewijnstadion. Stef Wageman/VS (vijfde speer met 48m24) mag zijn speerwerpkunsten komen tonen in het voorprogramma van de Memorial en Martha Geerardyn/ACW vervoegt dankzij haar zilveren medaille de groep hoogspringers op de Youth Memorial.

321

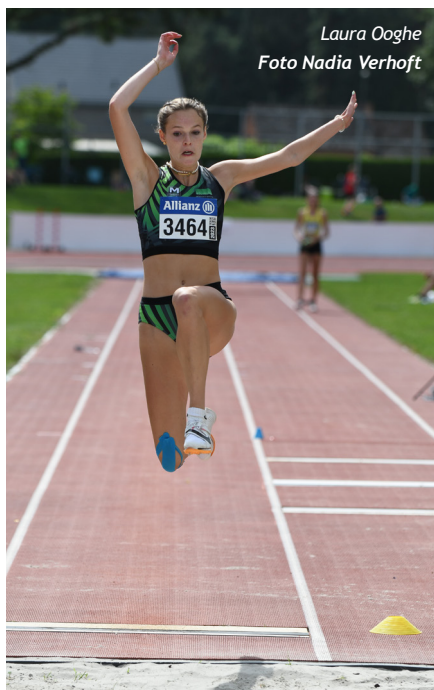
Allianz

VLAAMSE  
ATLETIEKLIGA

## REACTIES

**Scholier Kamiel Van Raemdonck/KAAG (goud kogel met 18m77 en goud discus met 52m14):** "Ik vond de 18m77 matig. Er zat heel veel meer in. Mijn energieniveau zat vrij laag waardoor ik geen hoogte kreeg in mijn stoten. Ik had gehoopt op 19m. Dit seizoen heb ik nog één doel en dat is om het Belgisch record kogelstoten te verbeteren. Ik wil ook sowieso nog een persoonlijk record halen in het discuswerpen. In het discus wilde ik wat energie sparen. Maar 50m vond ik wat weinig. Daarom deed ik nog een extra poging en haalde ik 52m14. Maar na 4 pogingen ben ik gestopt. Voor de rest ligt focus ook al vooral op de overgang naar de 6kg-kogel bij de junioren. Het EYOF was geen succes. Daarom wil ik in de winter keihard trainen om toch wat revanche te pakken."

**Cadet Jari De Proft/GRIM (goud 100m in BR van 10"96 en goud 200m in 22"67):** "Ik had in de reeksen wel het gevoel dat ik een hele goeie dag had. Maar ik had niet verwacht dat ik zo snel zou lopen in de finale. Toen ik de klok zag, was ik toch verrast. Ik



Laura Ooghe  
Foto Nadia Verhoft



Kamiel Van Raemdonck  
Foto Nadia Verhoft

was heel blij. Het is echt fantastisch. Net na het begin van het zomerseizoen ben ik beginnen trainen bij Dries Peeters. Bij hem heb ik heel veel op mijn techniek getraind. Zo ben ik veel vooruitgegaan. De 200m zag ik vooral nog als iets extra. Ik was ook al wat moe na de reeksen en finale 100m. Normaal loop ik enkel nog het BK. Maar we hebben ook plannen om met de snelste 4 scholieren van Vlaanderen nog ergens een 4x100m te lopen en een hele snelle tijd te lopen."

**Scholier Jana De Raedt/AVT (goud 100m in 12"02 en goud 200m in 24"71):** "Dat ik twee keer goud zou halen, had ik totaal niet verwacht. Op de 100m verwachtte ik het misschien een beetje omdat ik met dezelfde tijd stond als Lore. Het goud op de 200m was toch wel een verrassing, want ik had niet de snelste tijd. De laatste weken ging het al goed op training dus ik wist dat ik in vorm zat. Ik liep twee keer een persoonlijk record. Tot vorig jaar heb ik 4 jaar op de piste in Heusden getraind. Ik ken daar alles wel goed en waren veel mensen die ik ken. Daardoor was ik op mijn gemak. Welke wedstrijden ik nog ga doen? Het PK estafette, het BK en de Youth Memorial. Ik hoop om nog ergens een record te halen. Nog onder de 12 seconden lopen zou heel mooi zijn."

De uitslag van het KVV cadetten en scholieren vind je [hier](#).

COVER Jari De Proft  
FOTO Nadia Verhoft



Vlaamse Atletiekliga vzw  
@letiekleven 44 - Woensdag 23 augustus 2023

FOTO'S: Nadia Verhoft  
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.