

@LETIEKLEVEN

CROSSCUP ROESELARE



EnergyVision  

ision **CROSS** **cup** EnergyVisio

ple energy made simple

EERSTE ZEGE VOOR JANA VAN LENT, ZOVEELSTE ZEGE VOOR ISAAC KIMELI

Voor het eerst in jaren gold de CrossCup van Roeselare niet als selectiewedstrijd voor het EK, maar dat nam niet weg dat het afgelopen zondag niet om een belangrijke krachtmeting ging richting dat EK in eigen land. Jana Van Lent schoot de hoofdvogel af bij de vrouwen, meteen haar doorbraak op het allerhoogste niveau. Bij de mannen geen doorbraak, wel een bevestiging van het goede vormpeil van onze grootste medaillehoop op 10 december in Brussel: Isaac Kimeli. Hij won in Roeselare de lange cross. In de korte cross waren Lotte Scheldeman en Ruben Verheyden de primussen. Bij de junioren staken Simon Jeukenne en Charlotte Penneman de overwinning op zak.

450

Allianz

VLAAMSE
ATELETIEKLIGA



Victoria Warpy (9), Sofie Van Accom (4) en Julie Voet (6)
Foto Nadia Verhofs

INDRUKWEKKENDE JANA

Een nieuw parcours in Roeselare. Minder modder, minder voetbalvelden, meer draaien en keren en ook meer overzicht voor de supporters. In afwezigheid van kleppers Lisa Rooms/AVLO en Chloé Herbiet/WACO roken twee jonge atletes hun kans in de lange cross bij de vrouwen op Schiervelde. Al heel vroeg in de wedstrijd was het duidelijk dat het tussen Juliette Thomas/DAMP (23) en Jana Van Lent/RESC (22) zou gaan. Jana liep een offensieve wedstrijd en zette Juliette verschillende keren op afstand, maar die laatste knokte telkens terug. In de laatste ronde wist Jana alsnog definitief afstand te nemen en liep ze zelfs nog zeventien seconden voorsprong bij elkaar. Een indrukwekkende eerste grote overwinning voor Jana, die internationaal nog bij de beloften uitkomt en best hoog mag mikken op het EK. Juliette was tweede voor Sofie Van Accom/ACHL, die prima had ingedeeld. In het klassement is Jana de nieuwe leider met vier punten meer dan Sofie. Victoria Warpy/ACW was vierde, thuisloopster Julie Voet/AVR vijfde en tweede belofte. Prof-

wielrenster Julie Van De Velde/NA maakte een kortstondige terugkeer naar het veldlopen en was verdienstelijk twaalfde.



Nicolaï Saké (101), Guillaume Grimard (102), Robin Hendrix (122), Isaac Kimeli (101)
Foto Nadia Verhofs

ISAAC VRIJ MAKKELIJK

De lange cross bij de mannen kende een heel ander wedstrijdverloop dan bij de vrouwen. De race bleef heel lang gesloten bij gebrek aan iemand die zin had om veel initiatief te nemen. Guillaume Grimard/DCLA deed wel zijn duit in het zakje, en soms ook Isaac Kimeli/OEH, maar bij die laatste was het met de handrem op. Uiteindelijk geraakte een zestal voorop met behalve bovenvermelde namen ook Robin Hendrix/OEH, Nicolaï Saké/AVLL en verrassingen Marco Vanderpoorten/HAMM en Thomas Vanoppen/ACHL. Die laatste twee haakten als eersten af en waren respectievelijk vijfde en zesde, maar liepen wel een dijk van een wedstrijd en bleven binnen de halve minuut van de winnaar. En de winnaar, dat werd uiteindelijk Isaac. In de sprint was hij vrij makkelijk Robin de baas, Guillaume was net tevoren gekraakt en eindigde derde. Nicolaï was vierde. In het klassement blijft Guillaume leider met twee punten meer dan Isaac. Noah Konteh/OLSE was trouwens mooi zevende en eerste belofte.

RUBEN CONTROLEERT

Mariska Parewyck/EA ging er meteen van door in de korte cross bij de vrouwen en liep een kloof bij elkaar die niet meer te overbruggen leek, tot ze plots neerzeeg. Ze viel flauw en laat momenteel nog onderzoeken wat er mistiep, maar waarschijnlijk ging het om een felle suikerdip. Lotte Schelde-

man/ALVA nam over en won relatief makkelijk. Lana Ryckaert/LOOI en de nog maar achttienjarige Maaïke Vander Cruyssen/AZW mochten mee het podium op. In het klassement telt Lotte nu zes punten meer dan Lana. Bij de mannen was het een meer gesloten wedstrijd met halfweg koers nog een groot pak samen, maar Ruben Verheyden/EA had de touwtjes wel altijd netjes in handen. Hij controleerde van kop af en sloeg in de tweede ronde een kloofje dat hem toeliet om schijnbaar op cruise control naar de overwinning te lopen. Maxime Delvoie/CSDY bleef het dichtst in de buurt en was tweede, voor Ward Leunckens/AVLL. In het klassement heeft Ruben nu zes punten meer dan Ward.

CHARLOTTE DEMONSTREERT

Bij de juniore meisjes werd het een demonstratie van Charlotte Penneman/ACW. En of ze klaar is voor het tweeluik BK-EK. Ze liep de verzamelde tegenstand op meer dan een halve minuut. Astrid Van Bredam/AVLL was tweede, Femke Dhauwers/RCG derde. Bij de jongens was het véél spannender. Broers Casper Lievens/VAC en Mathis Lievens/VAC namen initiatief, maar in het slot blikt Simon Jeukenne/HERV de sterkste. Hij won de sprint van Casper. Mathis volgde op vier seconden. Bij de scholieren meisjes won Alison Debouwer/AVMO nipt voor Clémentine Byl/RCB en Pauline Detournay/CSDY. Geen spanning bij de jongens. Willem Renders/HCO was een klasse apart en won ruim voor Ilyès Druetz/MOHA en Merijn Huygens/HAMM. Bij de cadetten meisjes was Fran Van Hollebeke/FLAC ruimschoots de beste voor Leonie Henderieckx/ACW en Marie-Alix Bonassi/



Lotte Scheldeman
Foto Nadia Verhofs

AZW.

REACTIES

Jana Van Lent/RESC (winst lange cross vrouwen): "Ik wist dat ik in afwezigheid van Lisa Rooms en Chloé Herbiet voorin kon eindigen, maar niet dat ik kon winnen. Ik waande mij op geen enkel moment zeker van mijn stuk. Pas op honderd meter van het einde dacht ik dat het wel voor mij zou zijn en kon ik beginnen te genieten. Of ik nu voor het podium ga op het BK? Dat lijkt me toch moeilijk. Ik wil me vooral selecteren voor het EK. Op dat EK wil ik veel beter doen dan mijn 41e plaats van vorig jaar in Turiijn."

Lotte Scheldeman/ALVA (winst korte cross

vrouwen): "Met Lana, mijn beste vriendin, om de overwinning strijden, was een beetje onwerkelijk. Mariska leek veel te sterk, maar ik zag ze vallen in de verte. Ik dacht dat ze weer zou opstaan, maar ze bleef liggen. Zo'n cadeau krijg je geen twee keer in een sportcarrière, dus ik voelde wel dat mijn kans gekomen was. Ik ging vol door, al hield ik nog een klein beetje over voor de twee heuveltjes op het einde. Sinds ik voltijds werk als apotheker, loop ik enkel nog voor het plezier. Ik kan pas om 19u30 aan mijn trainingen beginnen en heb getwijfeld of het nog wel zin had om mee te lopen in de CrossCup, maar ik vind het te leuk om niet te komen."

Ruben Verheyden/EA (winst korte cross mannen): "Mijn trainer had mij opgedragen om rustig te starten, maar de beste manier om door de bochten te gaan is nog altijd als eerste, dus ik probeerde wel om altijd op kop te zitten. In de tweede ronde duwde ik na elke bocht wat door om een kloofje te slaan en dat is gelukt. Het BK, en dus ook de EK-selectie, is heel belangrijk voor mij. Maar zo zal iedereen denken, dus het wordt strijden. Ismael Debjani komt er dan ook nog bij. Hoe ik mij voorbereid op zo'n EK cross? Gewoon heel veel kilometers lopen. Dat past perfect in de planning richting olympische zomer. Het WK indoor in Birmingham sla ik waarschijnlijk over."

Isaac Kimeli/OEH (winst lange cross mannen): "Ik was nog wat vermoeid van de zware trainingen op stage en de reis. Daarom maakte ik er geen al te harde wedstrijd van. Toen er in de eerste ronde een eerste keer versneld werd, dacht ik even dat ik pas rond de tiende plaats zou eindigen, want ik moest echt zoeken naar mijn ritme. Uitein-



Tiemen De Pauw (links) en Matthias Meert (rechts) in de scholierencross.
Foto Nadia Verhofs



10
December
2023

Let's meet
in Brussels!

Koop nu
je tickets!



www.brussels2023.com

OFFICIAL PARTNERS



BROADCAST PARTNER



LOCAL PARTNERS



delijk kwam ik er door en heb ik zelfs niet alles moeten geven. De bedoeling was om fris uit de wedstrijd te komen en morgen meteen weer stevig te kunnen trainen, en ik denk dat ik daarin geslaagd ben. Ik kruip nu nog twee weken in de hoogtetent en de laatste weken voor het EK slaap ik gewoon op zeeniveau.”

Julie Van De Velde/NA (twaalfde lange cross vrouwen): “Ik heb mij geamuseerd, en dat was het voornaamste vandaag. Ik startte bewust rustig, omdat ik wist dat ik de snelheid niet meer heb, maar daarna kwam ik er nog redelijk door en ben ik wat kunnen opschuiven. Ik had schrik om mij belachelijk te maken, maar dat is goed meegevallen. Het kriebelde al jaren om nog eens aan een veldloop mee te doen, omdat ik het zo leuk vind, en nu kwam het goed uit in de planning. Roeselare is voor mij ook vlak bij huis. Het zal wel bij één veldloop blijven, want ik ga nu eerst rust nemen en daarna een beetje aan de fietsbasis werken.”

Camille Laus/OEH (24e korte cross vrouwen): “In het begin probeerde ik mij nog goed te positioneren, maar het werd al heel snel zwaar. De afstand is één ding, maar de ondergrond was misschien nog zwaarder. Ik ben sterk in mijn voeten en op de piste zet ik heel veel kracht vanuit mijn voorvoet, maar dat gaat niet op een hobbelig grasveld. Dat maakte dat het lang en zwaar was voor mij. Ik voelde al heel snel dat het voorin te hard ging. Ik kwam puur voor de fun en om de veldloopwereld te ontdekken. Ik heb pas recent de trainingen hernomen, dus mijn uithouding staat zeker nog niet op punt. De bedoeling was om eens iets anders te proberen. Deze

Alison Debouver (719)
Foto Nadia Verhofs



Noah Konteh (links) en Daniel Hamid Fagi (rechts)
Foto Nadia Verhofs

Juniore meisjes: Charlotte Penneman (15), Astrid Van Breedam (1016) en Femke Dhauwers (997)
Foto Nadia Verhofs



veldloop was de enige die in mijn planning paste, want ik vertrek nu voor een maand op stage naar Zuid-Afrika.”

Juliette Thomas/DAMP (tweede lange cross vrouwen): “Mijn gevoel was niet goed en na drie ronden kreeg ik ook nog eens last van mijn ademhaling. Met het resultaat kan ik dan ook niet tevreden zijn, want de overwinning was haalbaar, maar toen mijn ademhalingsproblemen startten, was de finish halen nog mijn enige ambitie. Ik denk wel dat ik nog altijd meedoe voor de eindoverwinning in de CrossCup, en ook voor een EK-selectie maak ik een mooie kans.”

Charlotte Penneman/ACW (winst juniore meisjes): “We hadden eerst gedacht een modderparcours en dus zware omloop te ontdekken in Roeselare, maar dat bleek verrassend genoeg bij aankomst helemaal niet het geval. Het lag er vrij goed bij en

de wijzigingen zijn zeker positief. Het is altijd leuk om eens op een nieuwe omloop te lopen. Ik kon me honderd procent aan mijn wedstrijdplan houden en gecontroleerd het verschil maken zonder me te forceren, en dan was het gewoon heel hard genieten tot aan de finish. Dit paste perfect in de voorbereiding richting selectiewedstrijd en hopelijk ook EK.”

Simon Jeukenne/HERV (winst juniore jongens): “Ik zat in een hele zware trainingsweek, want ik piek naar het BK, dus de benen waren niet super. Daarom heb ik de spurt afgewacht, en dat heeft goed gewerkt. Het parcours vond ik niet makkelijk, omdat je telkens opnieuw weer moest optrekken, maar ik kan alleen maar tevreden zijn met de overwinning. Hopelijk kan ik binnenkort mijn tweede EK veldlopen op



Thomas Vanoppen
Foto Nadia Verhoft

rij lopen.”

Noah Konteh/OLSE (zevende lange cross mannen, eerste belofte): “Ik was heel blij met het vernieuwde parcours, want ik hou van variatie. Ik voelde me vooraf heel goed en vanaf de start had ik ook een vlot gevoel. Mijn doel was om als eerste belofte te eindigen, dus ik ben heel blij dat het gelukt is. Heel fijn om het crosseizoen zo te beginnen en ik kijk al uit naar Hulshout.”

De volledige uitslag van de CrossCup Relays in Roeselare vind je [hier](#)

COVER Jana Van Lent
FOTO Nadia Verhoft



Juniore mannen: Mathis Lievens (127), Vince Van Winkel (1083), Tristan Gevaert (1051)
Foto Nadia Verhoft



Willem Renders
Foto Nadia Verhoft



Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 56

Woensdag 1 november 2023

FOTO'S: Nadia Verhoft
TEKST: Milan Augustijns

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.