

@LETIEKLEVEN

CROSSCUP & KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN VELDLOPEN



ROOMS EN KIMELI MAKEN VERSCHIL IN SLOTTRONDE

Veel volk en spannende duels, het KVV veldlopen heeft de verwachtingen ingelost. Voor het tweede jaar op rij ging de Vlaamse titelstrijd door op het Provinciedomein Halve Maan in Diest. Het is er krioelen tussen de speeltuinen en dat maakt de omloop voor de toeschouwers weinig overzichtelijk, maar voor het lopers is het een mooi en gevarieerd parcours inclusief zand, korte hellingen en heel wat bochtenwerk. Bij de vrouwen ging Lisa Rooms als beste door die bochten, bij de mannen was dat Isaac Kimeli. Zij trekken binnen twee weken ook als favorieten naar de hoogmis van het veldloopseizoen, het BK in Laken.



Lisa Rooms (2) blijft domineren in de CrossCup
Foto Nadia Verhoft

LISA DE SNELSTE

Voor het eerst was een CrossCup bij de vrouwen zondag meer dan negen kilometer. Chloé Herbiet/WACO, die binnenkort debuteert op de halve marathon, zag het graag gebeuren. Al vroeg in de wedstrijd vormde ze een kopgroep met Lisa Rooms/AVLO en vier Britse atletes. In de tweede wedstrijd helft was het uiteindelijk België boven, want het duo Chloé-Lisa liep de Britten naar huis. En zo kregen we een heel mooi Belgisch duel om de overwinning. Het tweetal ging samen de laatste ronde in, en wie met Lisa de slotronde ingaat weet meestal wel dat die gezien is. En dat bleek ook nu weer, want met een snedige versnelling nam ze afstand. De derde plaats was voor de Britse Sarah Astin, die nog gevolgd werd door drie landgenotes. Sofie Van Accom/ACHL liep haar met voorsprong beste cross van de winter en was derde Belgische op plaats zeven. Nina Lauwaert/ACW mocht als achtste mee op het KVV-podium. Juliette Thomas/DAMP was vijfde landgenote. In het klassement heeft Lisa nu tien punten meer dan Chloé. Binnen twee weken mikt Lisa in Laken op haar eerste nationale titel, maar ook Chloé zal als lichtgewicht ongetwijfeld goed de Brusselse heuvels over gaan.

ISAAC MET DEMARRAGE

Bij de mannen speelden de Britten weinig

rol van betekenis in de lange cross, maar verder deed het scenario wel wat aan dat van de vrouwen denken. Een drietal kwam al vroeg voorin terecht: Dorian Boulvin/CABW, Guillaume Grimard/DCLA en Isaac Kimeli/OEH. Rond halfweg wedstrijd haakte Dorian af en draaide het net als bij de vrouwen op een mooie tweestrijd uit. Guillaume en Isaac namen beiden kopwerk voor hun rekening en gingen samen de laatste ronde in. Daarin nam Isaac met een flukse demarrage relatief vlot de bovenhand. Guillaume liep hoe dan ook de beste wedstrijd uit zijn nog jonge carrière en eindigde op vijf seconden van Isaac.



Isaac Kimeli (120) kreeg opnieuw sterk weerkwerk van Guillaume Grimard (5204)
Foto Nadia Verhoft

Dorian kon zijn derde plaats vasthouden, maar moest daarbij wel een oprukkende Pieter-Jan Hannes/ACHL afhouden. Die laatste mocht als derde mee het KVV-podium op. Lucas Da Silva/RFCL maakte de Belgische top vijf compleet. In het klassement heeft Isaac nu al 25 punten meer dan Lucas, waardoor de eindzege hem niet meer lijkt te kunnen ontsnappen. Hij trekt ook als favoriet naar het BK in Brussel, waar hij voor zijn vierde titel gaat.

ANNELIES ALS EEN SPEER

De spanning van de lange crossen zagen we absoluut niet in de korte cross bij de vrouwen. Daar ging Annelies Nijssen/ATLA er meteen als een speer vandoor. De concurrentie was eraan voor de moeite, want Annelies was niet van plan om stil te vallen en stevende onbedreigd op de overwinning af. Drie weken eerder was ze ook al de beste in Hannuit. Annelies is nog twintig, en de tweede plaats ging naar Marie Bilo/ASVO, die nóg een jaar jonger is. In een korte cross zijn de verschillen altijd klein, maar ze liep toch relatief afgetekend richting die tweede plaats. Lotte Scheldeman/ALVA won een prangend spurtje om de derde plaats tegen Nina Van Pelt/LOOI. In het klassement blijft Mariska Parewyck/EA, die zondag ontbrak, aan de leiding, maar Lotte nadert wel tot op vijftien punten.

TIBAUT TIMET PERFECT

Bij De korte cross bij de mannen kreeg een ietwat bijzonder verloop, in die zin dat Stijn Baeten/DCLA zodanig hard startte dat hij meteen een aanzienlijk kloofje sloeg. Het leek er even op dat hij gewonnen spel had, maar hij kon zijn tempo niet vasthouden en moest vrede nemen met een vierde plaats. Tibaut Vandelanootte/

FLAC had zijn wedstrijd beter ingedeeld en timede zijn manoeuvres perfect. Pas in het slot ging hij naar de leiding om zo zijn tweede CrossCup-manche op rij te winnen. Daarna volgden Maxime Delvoie/CSDY en Lennert Dewulf/RCG. Stijn mocht wel nog mee het KVV-podium op. In het klassement is het laatste woord nog niet gezegd, want Tibaut nadert tot op elf punten van Maxime.

CHARLOTTE AFGETEKEND

Net als in Hannuit werd het in Diest bij de juniore meisjes weer een grote demonstratie van Innes Fitzgerald. De Britse liep iedereen op meer dan een minuut en werd gevolgd door nog drie landgenotes. In de strijd om het eerste Belgische plekje, en tevens de KVV-titel, haalde Charlotte Penneman/ACW het behoorlijk afgetekend voor Dorien Poppe/AVLO en Fien Peusens/ATLA. In het klassement telt Charlotte nu twintig punten meer dan Dorien. Bij de jongens was het veel spannender tussen de sterkste Brit en de Belgen, maar uiteindelijk was toch Rowan Miell-Ingram die het haalde. De strijd om de KVV-titel was bijzonder spannend, maar uiteindelijk ging die verrassend naar Tristan Gevaert/HAC, die zo ook de beste Belg werd. Hij haalde het voor de broers Mathis Lievens/VAC en Casper Lievens/VAC. In het klassement blijft het spannend. Mathis neemt de leidersstrui over, maar hij telt slechts vijf punten meer dan Simon Jeukenne/HERV, die de vierde Belg was in Diest.

FRAN GAAT TWEDEJAARS VOORAF

Bij de cadetten en scholieren zijn er aparte podia per geboortjaar, en dus kregen we daar acht nieuwe Vlaamse kampioenen. Bij de tweedejaars scholieren meisjes won Astrid Van Breedam/AVLL voor Fien Paulussen/ACHL en Noor Jacques/DCLA. Bij de eerstejaars was de winst voor Marie-Laure Noë/DCLA, die het haalde van Kyra Verdonck/LOOI en Lise Endels/BAV. Alison Debouver finishte nog voor iedereen maar kwam als niet-aangeslotene niet in aanmerking voor de titel. In het klassement heeft Astrid nu zeven punten meer dan Alison. Bij de tweedejaarsscholieren jongens won Sem Serrano/KAAG voor Daan Lievens/VAC en Miro Verledens/FLAC. Bij de eerstejaars was de titel voor Willem Renders/HCO, die Lars Peeters/ROBA en Tijl Wachtelaer/ACKO voorafging. In het klassement telt Sem nu twaalf punten meer dan Willem. Bij de tweedejaars cadetten meisjes won Catho Van Weyenbergh/VITA voor Anna Ornelis/EA en Jolente Alen/ROBA. Opvallend: het voltallige podium bij de eerstejaars ging de tweedejaars vooraf. Sterke generatie en daarin toonde Fran Van Hollebeke/



Achter Annelies Nijssen streden o.a. Laura Hombroux (728) en Marie Bilo (5254) om de overige ereplaatsen
Foto Nadia Verhofs

FLAC zich de beste voor Leonie Hendrieckx/ACW en Lio Ramaekers/LOOI. In het klassement heeft Fran nu al 23 punten meer dan Catho.

NJEMA BAAS

Bij de tweedejaars jongens was Kilani Njema/EA baas voor Axl Hermans/ACHL en Witse Vandeweyer/SACN. Bij de eerstejaars haalde Roel Damman/HCO het voor Lars Winters/GENK en Erjen Stiers/DCLA. In het klassement heeft Kilani nu dertien punten meer dan Mathieu Van Hammée/RIWA, die zondag tweede was.

REACTIES

Isaac Kimeli/OEH (winnaar lange cross mannen): "Ik loop de crossen als training, omdat het een beetje saai is om een hele winter alleen maar te kunnen trainen. Rustig aan doen en niet te veel energie verspillen: dat was het plan vandaag. Als ik vandaag in het rood ga, moet ik een paar dagen recupereren. Terwijl ik nu gewoon meteen kan doortrainen vanaf morgen. Guillaume was wel sterk. Heel sterk. Hij ademde bijna niet, maar ik rekende er wel op dat ik in de laatste ronde afstand zou kunnen nemen. Mijn focus ligt op het BK 10.000 meter in april, waar ik mij wil plaatsen voor het WK en de Spelen, maar het zou nog altijd heel mooi zijn om binnen



Tibaut Vandelanootte (763)
Foto Nadia Verhofs



Scholier Fien Paulussen blij met KVV-zilver
Foto Nadia Verhofs

Behind you for what's ahead



twee weken Belgisch kampioen veldlopen te worden."

Guillaume Grimard/DCLA (tweede lange cross mannen): "Ik keek tijdens de wedstrijd achter mij en ik was verrast toen ik niemand meer zag. Toen besepte ik dat ik om de winst streed. Al maakte ik me geen illusies, ik voelde dat Isaac nog veel over had. Toen hij versnelde, probeerde ik nog even om mee te gaan. Ik kon een gaatje helaas niet voorkomen. Een tweede plaats is ook mooi en het te verwachten resultaat. Op het Belgisch kampioenschap wil ik het podium op. Ik ga er alles aan doen om eerste te worden. Met Isaac aan de start wordt dat wel een lastige opgave."

Lisa Rooms/AVLO (winnares lange cross vrouwen): "In de laatste ronde ben ik altijd sterk, dus daar vertrouwde ik op. Ik had de hele tijd het gevoel dat ik de wedstrijd onder controle had. Ik ben de stappen aan het zetten die ik wil zetten deze winter, en daar ben ik heel blij mee. Het BK is zeker nog belangrijker dan vandaag. Het is een supermooi parcours in Laken en een Belgische veldlooptitel staat heel hoog op mijn verlanglijstje. Ik denk wel dat Chloé daar in het voordeel is op de heuvels, omdat ze veel lichter is. Laat mij er dan maar op vertrouwen dat mijn conditie nog net iets beter is dan de hare, en hopelijk heb ik Wout van Aert-benen. Die geraakt ook de heuvels over."

Tibaut Vandelanootte/FLAC (winnaar korte cross mannen): "Het podium zat in mijn hoofd, maar ik wist niet of ik weer zou kunnen winnen. Anderen startten supersnel en ik voelde dat ik gewoon mijn eigen tempo



Sem Serrano (1366) blijft indruk maken
Foto Nadia Verhoft

moest zoeken. Op een bepaald moment dacht ik dat Stijn gaan vliegen was, maar in de laatste ronde voelde ik dat ik ernaar toe kon. Ik ben blij dat ik het karakter heb gevonden om in de laatste halve ronde nog door te duwen. Ik weet niet wie er op het BK allemaal aan de start zal komen, maar ik ga me op mezelf concentreren en niet te veel naar de concurrentie kijken. Het zou héél mooi zijn om een Belgische titel te veroveren, al heb ik altijd gezegd dat de zomer belangrijker is."

Annelies Nijssen/ATLA (winnares korte cross vrouwen): "Het plan was om er meteen goed in te vliegen en niet te twijfelen. Mijn overwinning in Hannuit heeft vertrouwen gegeven en sindsdien heb ik nog drie goede trainingsweken afgewerkt.

Ik wist dus dat de conditie goed zat, maar had zeker niet verwacht om hier met zo'n grote voorsprong te winnen. Of ik nu ook Belgisch kampioen ga worden? De concurrentie traint ook hard. Mijn vorm is zeker oké, maar ik doe niet echt specifieke trainingen richting het BK. Het veldlopen staat in functie van de zomer, maar het zou natuurlijk leuk zijn om Belgisch kampioene te worden."

Sem Serrano/KAAG (KVV-kampioen tweedeaarscholieren jongens): "Ik was op voorhand een beetje onzeker. Ik liep hier vorig jaar mijn slechtste cross van het seizoen. Bovendien had ik deze week wat last van mijn knie nadat ik op de indoortraining even aan hoogspringen had gedaan, niet al te slim. Gelukkig word ik heel goed



Kilani Njema (576), Roel Damman (552) en Julian Van Aken (5927)
Foto Nadia Verhoft



Kevin Kennis
Foto Nadia Verhoft



Astrid Van Breedam
Foto Nadia Verhofs



De start van de vrouwen
Foto Nadia Verhofs

omringd en kon er snel naar gekeken worden. Niks ernstigs. Ik heb meteen de kop genomen en heb die positie niet meer afgestaan. Toen ik in oktober mijn eerste looptraining na mijn blessure afwerkte had ik nooit kunnen denken dat ik zo een goed winterseizoen zou afwerken. Nu nog hopen dat ik niet ziek word en knallen op het BK.”

Tristan Gevaert/HAC (KVV-kampioen junioren jongens): “Ik had op voorhand verwacht dat de Britten het tempo van bij het begin wat hoger gingen leggen, maar dat gebeurde niet. Ik versnelde bij het ingaan van de laatste ronde een beetje en toen ik zag dat ik een klein gaatje had stak ik wat bij om mijn voorsprong iets uit te bouwen, maar het stukje zand en het bergje deden mijn benen toch stevig verzuren. Gelukkig was mijn voorsprong op het einde nog net groot genoeg om als eerste Belg te finishen. Ik had in het verleden nog nooit enkele maanden kunnen trainen zonder problemen en dan dat is de voorbije maanden wel gelukt. Het liet zich ook merken tijdens de wedstrijd.”

Kilani Njema/EA (KVV-kampioen tweedejaarscadetten jongens): “Ik had een goede start, waardoor ik direct een mooie positie had. Het parcours lag mij goed. Ik ben tactisch bij de eerste drie gebleven tot in de laatste 500m. Toen heb ik mijn versnelling ingezet en ben ik solo de finish overgegaan. Ik heb al zin in het BK over twee weken!”

Marie-Laure Noë/DCLA (KVV-kampioen eerstejaarsscholieren meisjes): “Ik zat ingesloten bij het vertrek en liep dus in het pak. Bovendien kwam ik na een 300-tal meter ten val. Ik schrok, want ik liep opeens als allerlaatste. Ik diende dus een geweldige achtervolging in te zetten en werd door mijn coaches goed aangemoedigd. In de slotronde liep ik al tiende en bij de laatste helling vijfde. Ik zag alleen nog maar Alison en de Waalse Charlier voor mij. De Vlaamse titel was dus binnen, al liep het dus niet van een leien dakje. Op naar het BK in Brussel nu en hopelijk met een betere start.”



Cover Annelies Nijssen is oppermachtig in de korte cross.
Foto Nadia Verhofs

Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 6 - Woensdag 15 februari 2023

FOTO'S: Nadia Verhofs
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.