

@LETIEKLEVEN

INTERCLUB ALLE CATEGORIEËN



Brussel, Gentbrugge, Heusden, Merksem, Hamme, Mol, Poperinge | Zondag 18 mei 2025

Pagina 153-164 | Nummer 19

SUPER LEAGUE: DERDE ZEGE OP RIJ VOOR EXCELSIOR

RESC mag zich met recht en reden de beste atletiekclub van het land noemen. Net als in 2023 en in 2024 waren de Brusselse blauwhemden oppermachtig in de Super League. DCLA (tweede) en KAAG (derde) moesten net als vorig jaar vrede nemen met de dichtste ereplaatsen. Vilvoorde Ac (voorlaatste) en Houtland Ac (laatste) promoveerden vorig jaar naar de Super League, maar hun verblijf was van korte duur. Ze zakken en mogen het volgend jaar opnieuw proberen in de First League.



Jana Van Lent
Foto Nadia Verhoft

VAN LENT EN HEYMANS MET DUBBEL 3000M-5000M

Excelsior (RESC) speelde een thuismatch in het Koning Boudewijnstadion waar de beste acht clubs van het land verzamelden voor een aantrekkelijke en hoogstaande competitie. De thuisclub herhaalde het succesrecept van de voorbije jaren: scoren in de loopproeven en de schade beperken in de kampnummers. Hun twee 'Vlaamse' sterkhouders in het afstandslopen **Jana Van Lent/RESC** en **John Heymans/RESC** rendeerden maximaal met een verre van vanzelfsprekende dubbel 3000m-5000m. Van Lent won eerst de 3000m in een PR van 9'07"96. Exact 3 uur later bleek ze prima gerecupereerd. Ze verpulverde op de 5000m het 13 jaar oude BR van Almensch Belete met ruim 7 seconden tot 15'02"75. Heymans herhaalde het huzarenstukje: winst 3000m in 8'12"52 en winst 5000m in 13'44"55. Hij vloerde daarbij **Simon Debognies/OEH** (tweede in de 5000m) en **Kobe Hermans** (tweede in de 3000m). Met nog overwinningen van **Liefde Schoemaker** (400m in 53"89), **Daniel Segers** (200m in 20"95), **Delphine Nkansa** (200m in 23"27)

en **Dylan Owusu** (400m horden in 52"12) legde RESC de basis in de loopproeven. Al won **Salyia Guisse** voor de Brusselaars ook wel het hinkstap met 13m28.

ZELFDE TOP 4 ALS 2024

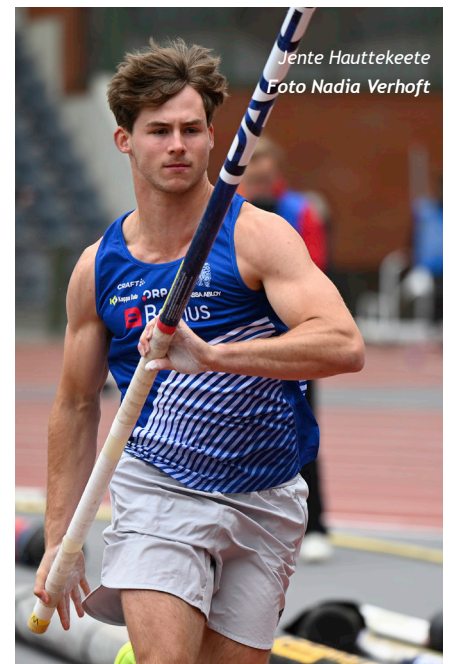
RESC totaliseerde 227 punten. DCLA (202.5 pt.) en KAAG (197pt.) zorgden ervoor dat het podium een exacte kopie werd als dat van vorig jaar. OEH werd net als vorig jaar vierde. AVLL (vijfde) en CABW (zesde) beleefde een redelijk zorgeloze interclubdag. Zij eindigden in de middenmoot. Onderin hadden nieuwkomers VAC (zevende) en HAC (achtste) het moeilijk. VAC reef punten binnen met dank aan hun nieuwe aanwinst **Devlin Neyens** (winst hamer met 62m20 en tweede speer met 58m69). **Merel Maes** -nog altijd maar belofte- tekende voor één van de strafste prestaties van de dag met 1m93 in het hoogspringen. Bij HAC was **Maité Beernaert** de grootste puntenpakker. Ze won het ver (6m12) en deed er een tweede plaats bij in het speerwer-

pen (40m87). Maar het mocht niet baten. HAC en VAC tuimelen uit de Super League. Wie weet kunnen beide clubs volgend jaar opnieuw een gooi doen naar de winst in de First League.

DCLA-MANNEN EN KAAG -VROUWEN

Runner-up DCLA verzamelde negen overwinningen, waarvan zeven op naam van de mannen die het deelklassement op hun naam schreven. De Leuvenaars bleven redelijk goed aanklampen bij RESC zodat de spanning er toch min of meer inbleef tot de beslissende estafetteraces. Op de hoge horden maakten **Noor Koekelkoren** (13"25) en **Elie Bacari** (13"34) indruk. De 13"34 van Bacari is ruim onder de EK U23-limiet van 13"84. Hij krijgt het Belgische belofte-record van **Michael Obasuyi/OEH** (13"32) in het vizier. Koekelkoren was al geplaatst voor het EK U23 in het Noorse Bergen. Ook de werpdubbel van **Kwinten Cools** (kogel met 17m38, discus met 53m30) bracht op.

KAAG won het deelklassement bij de vrouwen, onder meer dankzij **Elena Defrère** (winst kogel met 15m56 en tweede in het discus met 47m48). Bij de mannen konden de Gentenaars rekenen op alleskunner **Jente Hauttekeete** die van goudwaarde bleek. Met een tweede plaats in de 110m horden (13"91), een gedeelde derde stek in het polsstok (4m80) en een aandeel in de estafetteproeven (derde met de



Jente Hauttekeete
Foto Nadia Verhoft

4x100m-ploeg in 42"01 en vijfde met de Mixed Relays 4x400m in 3'31"14) bracht hij veel punten binnen.

WORLD RELAYS-SPURTERS GOED HERSTELD

Voor OEH scoorde Jonathan Sacoor als snelste 400m-loper in 46"05, voor collega-Tornados Christian Iguacel/AVLL (46"25) en Florent Mabilles/RESC (47"00). Rocket Janie De Naeyer was net als Sacoor nog maar net terug van de World Relays in China. Maar van een jetlag was weinig te merken. Ze won de 100m in een PR van 11"44. Isaac Kimeli was voor OEH succesvol met winst in de 1500m in 3'50"48. AVLL moest het stellen zonder de geblesseerde Kobe Vleminckx. Simon Verherstraeten won de 100m in 10"55 en Babette Vandepuit scoorde een negenpunter in het discus met 50m07. CABW domineerde de halve fond bij de vrouwen met zeges van Vanessa Scaunet (800m) en Elise Vanderelst (1500m). In de afsluitende mixed 4x400m trok CABW - met slotloopster Naomi Van Den Broeck - ook aan het langste eind in 3'23"93 na een felle strijd met OEH (3'24"13) en RESC (3'24"94). Een mooi slotakkoord van een redelijk vlot verlopen interclubdag in de Super League.

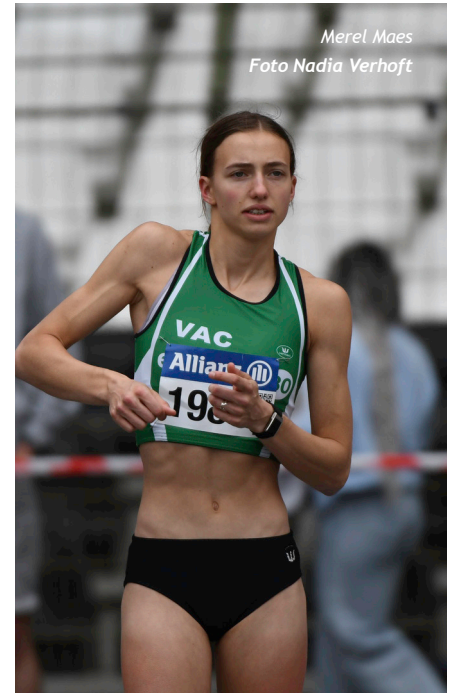
REACTIES

Merel Maes/VAC (winst hoog met 1m93): "Ik ben heel tevreden. Gezien de koude had ik het niet meteen verwacht. Ik had ook niet al te best geslapen. Ik ben heel blij om zo te openen. Als ik mijn seizoen kan beginnen met een record, hoop ik om in de loop van het seizoen nog hoger te gaan. Het

doel is sowieso om op niveau te zijn op het EK U23 in Bergen. Daarna hoop ik om me via de ranking nog te plaatsen voor het WK in Tokio, want de rechtstreekse limiet van 1m97 lijkt me iets te hoog gegrepen."

Jana Van Lent/RESC (winst 3000m in 9'07"96 en winst 5000m in BR van 15'02"75): "Ik had echt gewoon eens zin om zot te doen. Het was nu ook het moment om zot te doen. Viel ik dood dan was dat maar zo. Heel onverwacht dat ik ineens 15'02 op de klok zag staan. Ik wilde wel mijn persoonlijk record verbeteren, maar ineens begon ik dat BR-tempo te lopen zonder echt na te denken en dat heb ik dan volgehouden. Ik ben blij dat ik RESC heb kunnen helpen door twee keer de volle puntenbuit te pakken. Ik ben heel blij."

Elie Bacari/DCLA (winst 110m horden in 13"34, tweede 100m in 10"57): "Het seizoen beginnen met een persoonlijk record is altijd goed nieuws. Ik ben zeer tevreden over deze wedstrijd. Blij dat ik ver onder de EK U23-limiet zit. Ik mag niet klagen. De trainingen gingen echt heel goed. Ik verbeterde elke week. Als we zo blijven doordoen komen er nog snelle tijden uit dit outdoorseizoen. Ik zou dit seizoen graag constant in de 13"30 te lopen en hopelijk in de 13"20 op de momenten waarop het echt moet. Op het EK U23 wil ik voor de medailles meedoen en op het WK in Tokio wil ik verder geraken dan in Parijs (red. uitgeschakeld in de reeksen) en als alles meezit, kan ik misschien zelfs in de finale geraken. Maar daarvoor moet ik op het juiste moment heel hard lopen."



Merel Maes
Foto Nadia Verhofs

Greet Meulemeester/HAC (voorzitter): "We zaten al langer met de vrouwen in de hoogste afdeling. Toen de mannen erbij kwamen zijn we terug naar ereafdeling VAL gegaan. Maar na twee opeenvolgende overwinningen zaten we terug in de Super League. Maar uiteindelijk denk ik dat de First League onze betere reeks is. Onze persman Hans Vanbesin had vooraf al berekend dat we voor een moeilijke opdracht stonden. Maar we hebben goed gepresteerd tussen al die grote namen. Ik ben heel fier op heel de club: atleten, trainers, bestuursleden,... Ik ben zeker niet ontgoocheld."

Asanti Badji/RESC (derde 4x400m mixed in 3'24"94): "Dit doet heel veel deugd. Vooral in eigen huis in het grote stadion. We winnen voor de derde keer op rij de gemengde interclub en dit vind ik tot dusver de beste keer. Het was razend spannend tot de aflossingen. Het was heel de tijd een gevecht tussen RESC, DCLA en OEH. Er was veel ambiance. Het is zo dat de Super League het hoofddoel is van Excelsior. Onze voorzitter en technische directeur steken daar heel veel moeite in. We hebben teambuildings gedaan en we proberen echt een groepssfeer te creëren in functie van de interclub. Het zijn stuk voor stuk topatleten die voor de club uitkomen. Om daar deel van uit te maken maakt me trots. Als Brusselaar ben ik teamkapitein. Ik ben heel trots op deze club en de atleten."

TEKST: Bart Spruijt



Het podium met RESC, DCLA en KAAG
Foto Nadia Verhofs

FIRST LEAGUE: LA FORESTOIRE EN SERAING STIJGEN

In Gentbrugge streden acht clubs om de twee promotieplaatsen richting de Super League. Na de degradatie van vorig jaar stond Seraing gemotiveerd aan de start, maar dat gold ook voor La Forestoire. In de breedte brachten zij het sterkste team op de been en die consistentie bezorgde hen de overwinning en promotie. Seraing keert na een jaar afwezigheid terug naar de hoogste afdeling. ACHL was de beste Vlaamse club op een derde plaats, maar mist een jaar na de degradatie de aansluiting richting de Super League. Voor Dampicourt en Regio Oost-Brabant is het einde verhaal in de First League. Zij strijden volgend jaar in de ere-afdelingen.

156

ATLETIEK
VLAANDEREN

Allianz



ACHL
Foto Johnny De Ceulaerde

THUISCLUB RCG PRESTEERT PRIMA

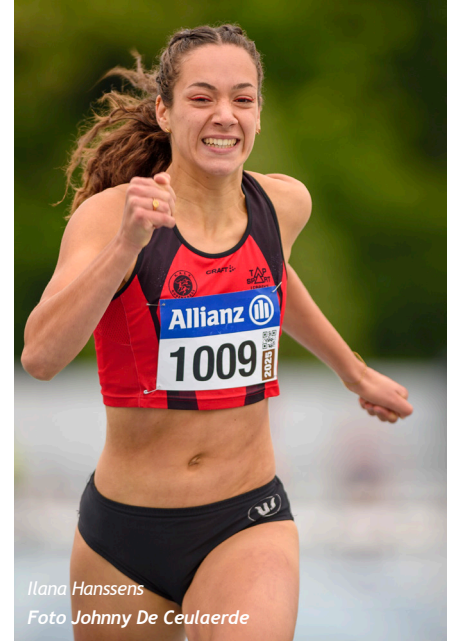
Racing Club Gent stond een jaar na de promotie naar de First League in voor de organisatie van het interclubgebeuren in de op één na hoogste afdeling. Met internationale toppers als **Imke Vervaeke/RCG** en **Tibo De Smet/RCG** verdienen ze absoluut hun plaats in de nationale interclubcompetitie. Toch werd het een hele dag bikkelen voor elk punt. **Laures Bauwens/RCG** was een van de sterkhouders, want op de 100m versloeg ze favoriete **Marine Jehaes/SER** met 11"81 tegenover 11"92. Op de 100m horden deed ze daar nog een tweede plaats bovenop (13"67) na **Victoria Rausch/DAMP** (13"63) en op de 4x100m was het opnieuw raak met winst (46"59). De (midden)afstandslopers brachten ook de nodige punten binnen. **Lennert Dewulf/RCG** won de 800m (1'56"12) nadat hij rustig alle aanvallen kon beantwoorden. **Mattias Loeys/RCG** (1500m, 4'05"41) en **Nathan Sevenois/RCG** (5000m, 14'18"83) liepen naar een tweede plaats en **Robbe Camphens/RCG** (3000m, 8'12"32) deed daar nog een derde plaats bovenop, na een snelle en intense strijd **Sébastien Fauconnier/RFCL** (8'10"04) en **Amaury**

Paquet/SER (8'11"35). **Tibo De Smet/RCG** ging van start op de 400m (46"90), moest de winst laten aan **Tijs Bruyns/ACHL**. Die maakte indruk met een winnende 46"77 (34ste AT). **Femke D'hauwers/RCG** (tweede 5000m, 17'09"05) en **Jef Mispelon/RCG** (winst polsstok met 4m80 en derde discus met 40m09) dikten dat puntentotaal verder aan en met 160 punten eindigde de thuisclub op de zesde plek, net voldoende voor het behoud.

HANSSENS TREKT LIJN DOOR

De beste start was voor **ASVO Oudenaarde** dankzij **Ilana Hanssens/ASVO**. Afgelopen weekend was ze nog actief op de World Relays, waar ze indruk maakte bij haar debuut bij de Belgische aflossingsploegen. Ze won de 400m horden in 56"80, haar eerste duik onder 57 seconden en goed voor de dertiende prestatie aller tijden. De tweelingen **Marie en Laure Bilo/ASVO** waren ook goed voor overwinningen op de 1500m (4'29"22) en 800m (2'07"67). Marie moest daarvoor afrekenen met een altijd sterke **Sofie Van Accom/ACHL** (4'30"65), terwijl Laure een stevige kluif had aan **Liselot Smolders/ROBA** (2'08"46) die de wedstrijd

hard maakte vanaf het startschot. In beide gevallen was de laatste rechte lijn van de zussen, die trainen in de trainingsgroep van **Tine Bex** waar ook **De Smet** traint, hun sterkste wapen. Het werd strijden voor



Ilana Hanssens
Foto Johnny De Ceulaerde

het behoud tot **Arnaud De Cremer/ASVO**, net zoals vorig jaar, de werpdubbel op zak stak (kogel, 13m50 & discus, 44m80). Met nog tweede plaatsen voor **Sten Geenens/ASVO** (110m horden, 15"40 & hoog, 2m07) waren ze finaal uit de gevarenzone. Na winst op de afsluitende 4x400 mixed, waar **Laure Bilo** een aanstormende **Imke Vervaeke** achter zich kon houden, klokten ze af op 164 punten. Goed voor de vierde plaats en een plaatsje hoger dan **RFC Liège**, dat hetzelfde puntentotaal verzamelde maar één overwinning minder telde als vijfde. De Luikenaars behaalden maximumscores met **Fauconnier** (1500m), **Pablo Drees Gimenez/RFCL** (400m horden, 52"53), **Aimad Mhimdat/RFCL** (3000m steeple, 9'20"94), **Lilian Lecomte/RFCL** (hinkstap, 14m26) en **Yanni Sampson/RFCL** (ver, 7m41).

JAARTJE LANGER FIRST LEAGUE VOOR ACHL

De sterke prestaties van **Tijs Bruyns** en **Sofie Van Accom** waren niet de enige hoogtepunten voor **ACHL**. **Jef Vermeiren/ACHL** hield zijn hinkstapcompetitie na twee sprongen voor gezien, na 14m09 en een derde plaats, om zich te focussen op het hoogspringen dat op hetzelfde moment van start ging. Op 2m10 had hij zekerheid over winst en bij zijn derde poging op 2m21 bleef de lat

ook liggen. Met overwinningen voor **Martha Van Ballaer/ACHL** (speer, 41m32) en **Fleur Hooyberghs/ACHL** (polsstok, 3m70) bovenop nog tien andere top drie plaatsen waren ze goed vertegenwoordigd doorheen de dag. Herentals werd als derde de beste Vlaamse club met 175 punten, maar de topplaatsen bleven wel steeds nipt buiten bereik. Een jaar na de degradatie uit de Super League blijven ze nog een jaartje langer in de First League.

CONSISTENTIE TROEF BIJ CSF

Seraing kwam vorig jaar elf punten tekort voor het behoud in de hoogste afdeling en de opdracht was zondag duidelijk: opnieuw de promotie afdwingen. Doorheen de dag stonden ze stevast bovenaan dankzij zes overwinningen, met onder meer de dubbel van **Jordan Paquot/SER** (100m, 10"81 & 200m, 21"99) en **Melissa Boekelman/SER** (kogel, 14m20 & discus, 41m93). **Diego Rocks/SER** (1500m, 4'05"22) en **Nicolas Schyns/SER** (5000m, 14'17"87) waren de twee andere winnaars. Toch bleef het steeds bikkelen met La Forestoise, dat langzaam de weg naar boven had ingezet. Ze waren de meest consistente ploeg, met liefst achttien top drie-plaatsen op 36 disciplines. Met zeven overwinningen haalden ze ook het vaakst de maximumscore binnen. **Michaël Boa/CSF** (speer, 56m19) en **Claire Orcel/CSF** (hoog, 1m70) waren al vroeg op de dag goed voor winst. Later kwamen daar ook **Naomi Taschimowitz/CSF** (5000m, 16'53"89) en **Martin De Greef/CSF** (110m horden, 15"14) bij. Taschimowitz won overtuigend de langste afstand na een stevige laatste kilometer en zette de concurrentie op meer dan vijftien seconden, nadat ze eerder op de dag al tweede werd op de 3000m. De Greef kwam als junior op de hogere hordehoogte aan de start. Op de derde horde liep het bijna mis, maar hij bleef recht. De Greef kwam wel trekken over de finish en had zich duidelijk bezeerd, maar haalde alsnog de winst voor zijn club. Later op de dag was **Johanna Lyhne Wood/CSF** goed voor de dubbel in de zandbak (hinkstap, 12m36 & ver, 5m86). Met nog een overwinning voor de mannen van La Forestoise op de 4x100m (41"70) mocht het niet meer mislopen voor zowel winst als promotie. Voor de start van de afsluitende 4x400m mixed hadden zowel La Forestoise als Seraing mathematisch zekerheid over de promotie naar de Super League. Op het slotnummer hielden CSF Seraing achter zich en de teller stopte voor La Forestoise op 190 punten, vijf meer dan Seraing. Trainer **Leopold Kapata** kreeg de eer om de beker voor La Forestoise in de lucht te steken. "De promotie was



ROBA
Foto Johnny De Ceulaerde



Lennert Dewulf
Foto Johnny De Ceulaerde

onze doelstelling vandaag", vertelde Leopold Kapata. "We wisten dat Seraing sterk zou zijn, maar we waren goed voorbereid voor een sterk resultaat. De top twee was de ambitie, maar de overwinning met dit jonge team is fantastisch."

AFSCHEID VAN ROBA EN DAMPICOURT

Voor Dampicourt en Regio Oost-Brabant kwam het slechte nieuws aan het einde van de dag. Met tweede plaatsen op de 400m horden, winst voor de Europese vice-kampioene halve marathon **Juliette Thomas/DAMP** (3000m, 9'18"01) en **Catherine Bonhomme/DAMP** (400m, 54"98) begon de dag nochtans goed. Maar de afwezigheid van **Julien Watrin/DAMP** liet zich duidelijk voelen. Met 146 punten dalen zij naar de Ere-LBFA. De andere daler kwam met ROBA uit Vlaamse hoek. Het lag de hele

dag ontzettend dicht bij elkaar, maar in de afsluitende kampnummers konden ze geen verschil maken. Ondanks 145 punten en een overwinning van **Noa Joos/ROBA** op de 200m (25"04) komen de Brabanders volgend jaar in actie in Ere-VAL. AC Mé-tjesland neemt hun plaats over en wordt zo de derde Oost-Vlaamse club in de tweede afdeling. Met Vilvoorde en Houtland, de dalers in de hoogste afdeling, komen volgend jaar in totaal zes Vlaamse ploegen aan de start van de First League.

TEKST: Ben Ghyselinck

Get
ready for
the **best**

Allianz 

Kim Gevaert
Allianz Ambassador

Allianz  | *Memorial
van damme*



ERE-AFDELING: AC MEETJESLAND PAKT BEKER EN TITEL

Tien jaar na hun laatste titel kroonde AC Meetjesland (ACME) zich in De Veen in Heusden-Zolder tot interclubkampioen in de Vlaamse Ereafdeling. De Oost-Vlaamse club hield met 278 punten de goudgenoten van Vlierzele Sportief (VS) vier punten achter zich en promoveert zo naar de First League. Atletiek Lanaken (ATLA) en Standaard Ajax (STAX) konden de degradatie niet ontlopen en komen volgend jaar in Landelijke 1 uit.

SAKSIA DEJONGHE (ACME): "ALLE NUMMERS INVULLEN"

"Vorig jaar waren we verrast dat we na KRC Gent als tweede eindigden. Toen hadden we immers geen complete ploeg. Dit jaar hadden we ernaar gestreefd om alle nummers zo goed als mogelijk in te vullen. Ook al hadden we in enkele disciplines zelfs geen deelnemer", verklaart voorzitter Saskia Dejonghe voor een deel de eindzege van ACME.

"Met ervaren toppers als onder meer. Philip Milanov, Timothy Herman en Aaron Botterman weet je vooraf al zo goed als zeker dat je voor hun nummers 13 en 11 punten mag bijschrijven. Ook atleten als o.m. Rendel Vermeulen, Adrien Devriendt, Sander Vercauteren, Manon Depuydt en Nel Vanopstal, die zich als kers op de taart voor het ECU23 plaatste, zijn certitudes voor veel puntengewin. En ook Robin Goossens en Nina Denolf, die sinds dit jaar bij ons aangesloten zijn, hebben een flink aandeel in onze eindzege. Maar ik wil zeker ook niet onze atleten vergeten die in een aantal disciplines voor 5 of 6 punten gezorgd hebben. Ook die prestaties zijn in een interclubcompetitie, waar echt elk puntje telt, belangrijk om eindwinnaar te worden. Net als enkele jonge meerkampers met wie geschoven kan worden naar bijvoorbeeld de springnummers. Een speciale pluim ook voor cadette Nore Mattheeuws die in de



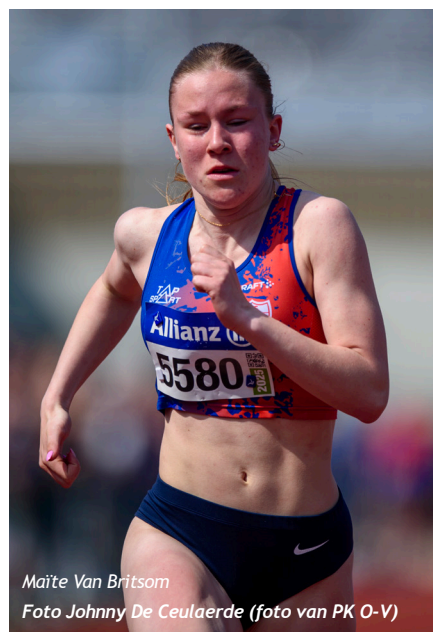
ACME NA TWEEDE PLAATS VORIG JAAR NU WEL PRIMUS

Na de tweede plaats vorig jaar was het nu wel raak voor ACME. Onder meer Nina Denolf (55"27, 400m, 14"07, 100m horden), Manon Depuydt (12"18, 100m, 24"52, 200m), de estafette 4x100m (47"38), Jenka Wittevrongel (4'35"47, 1500m) en Nel Vanopstal, die in de 800m met 2'03"26 het minimum van 2'03"32 voor het EK U23 in het Noorse Bergen kraakte, zorgden bij de vrouwen voor veel puntengewin. Vlierzele, waarvoor onder andere Iris Bollengier (56"97, 400m), Jacintha Cornelis (2'08"02, 800m), Silke De Lathauwer (38m95 discus), Lien Rubbrecht (11m33 kogel), Marie De Troyer (1m70 hoog en 11m64 hinkstap) en Hanne Maudens (5m80 ver) veel punten opbrachten, telde in het deelklassement bij de vrouwen 6 punten meer. Maar de mannen van Meetjesland deden dan weer 10 punten beter dan Vlierzele. Onder meer Rendel Vermeulen (10"69, 100m, 21"68, 200m), Adrien Devriendt (47"51, 400m), Aaron Botterman (1'51"20, 800m), Sander Vercauteren (8'25"88, 3000m), Manuel De Backer (14'50"35, 5000m), Robin Goossens (14"86, 110m horden), de mixed 4x400m (3'34"93), Philip Milanov (58m45 discus, 16m57 kogel) en Timothy Herman (76m88 speer) brachten met zeges en de dichtste ereplaatsen veel punten in het laatje. Vlierzele zette daar met o.m. Rob Van

Den Bogaert (1'53"24, 800m), Bjarne Raschaert (14'45"52, 5000m), Wout Van Hoof (15"19, 110m horden, 54"24, 400m horden), de mixed 4x400m (3'34"64), Andreas De Lathauwer (53m96 discus, 17m03 kogel) ook wel een aantal overwinningen en dichtere ereplaatsen tegenover. Maar in de eindafrekening moest Vlierzele toch nipt zijn



Nora Mattheeuws scoorde kostbare punten
Foto Johnny De Ceulaerde (foto van PK O-V)



Maïte Van Britsom
Foto Johnny De Ceulaerde (foto van PK O-V)

meerdere in Meetjesland erkennen: 278 versus 274 punten was het eindverdict.

3000m de pas bevallen Axana Schaeverbekke verving en nog drie atletes achter zich liet. Dat zijn punten die cruciaal in de eind-

dafrekening zijn en de echte spirit van de interclub illustreren. Met de promotie naar de First League vind ik dat we als club echt geslaagd zijn. We hebben na afloop van de wedstrijden nog lang nagevierd. Maar er komt in de beste clubtraditie nog een groot feest om onze eerste titel sinds tien jaar extra te vieren.”

THUISCLUB AVT DERDE

Thuisclub AVT, met o.m. overwinningen voor **Rani Rosius** (100 en 200m), de estafetteploeg 4x100m bij de vrouwen, **Dieter Vaesen** (1500m) en **Yente Vandersteen** (ver), eindigde met 260 punten net als in 2024 op de derde plaats.

DEGRADATIE VOOR ATLA EN STAX

Ondanks onder meer individuele overwinningen van **Eline Claeys** (400m horden), **Axelle Pieri** (kogel), **Lucca Goossens** (hoog en hinkstap) en een knappe tweede plaats van **Simone Ambrico** (400m) kon ATLA, dat 187 punten telde, een jaar na de promotie uit Landelijke 1 de degradatie niet vermijden. De Maaslanders telden in de eindafrekening één puntje minder dan Atletiek Zuid West (AZW).

“Dat het om één schamel puntje ging, zorgt toch wel voor een wrang gevoel”, zegt sportief verantwoordelijke Cor Heemskerck. “Vooraf dachten we nog dat we het net zouden redden. Maar de afwezigheid van de geblesseerden Annelies Nijssen en Max Vlassak, voor wie we Jelle Denissen en Pieter Frijters uit hun atletiekpensioen dien-

Miguel Colen
Foto Jens Riskin (foto PK Limburg)



den terug te halen, woog zwaar door. We verloren ook heel wat punten in de fond en de halve fond, net de disciplines waarin we vroeger heel sterk stonden. Met nogal wat cadetten en scholieren hadden we ook een vrij jonge ploeg. Onze kern is momenteel niet breed genoeg om het niveau van de Ereafdeling aan te kunnen. Zo moesten we cadette Mila Rookx uit een zeeklasse halen om aan het hinkstapspringen deel te nemen. En Charlotte Vanlangenaker moest de voorbereiding op haar examens onderbreken om polsstok en speer te hanteren”, aldus nog Cor Heemskerck.

STAX kon vorig jaar de degradatie nog net ontlopen. Maar dit jaar eindigden de Gentenaren met 166,5 punten als laatste. Ze

vergezellen zo ATLA naar Landelijke 1.

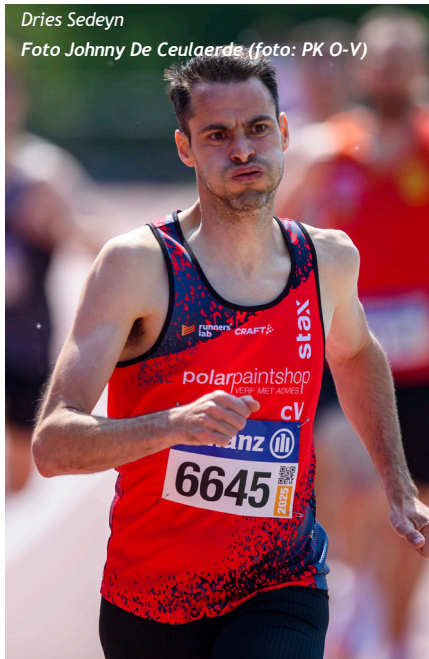
Hoofdtrainer Gilbert Van Hamme: “Het is al de tweede keer dat we in De Veen een degradatie meemaken. Voor ons was het beter geweest mocht de interclub een week eerder georganiseerd zijn. We tellen in onze club immers veel studenten. En die staan vlak voor hun examens. Door de verre verplaatsing naar Limburg zouden ze een hele dag kwijt geweest zijn en daarom gaven er velen forfait voor de interclub. We hebben vrij goede sprinters, hordelopers en werpers. Maar we zijn wat uit het oog verloren dat je bijvoorbeeld niet op één jaar tijd een polsstokspringer opleidt die over vier meter springt. Gent heeft bovendien drie grote atletiekclubs, wat het rekruteren van atleten bemoeilijkt. Daarnaast is het ook niet makkelijk om voor onze verschillende afdelingen goede en gemotiveerde trainers te vinden. Maar we werken volop aan de toekomst. Heel verheugend daarbij is dat begin mei onze cadetten en scholieren met veel overmacht de promotie naar Landelijke 1 afdwongen. Daar moeten we over enkele jaren de vruchten van plukken.”

TEKST: Jacky Stijven

Pieter Frijters
Foto Jens Riskin (foto: PK Limburg)



Dries Sedeyn
Foto Johnny De Ceulaerde (foto: PK O-V)



LANDELIJKE 1: KAV ROESELARE WINT NA FELLE STRIJD

Onder een grijs wolkendek en kille gevoelsdagtemperaturen van amper 13°C organiseerde OLSE Merksem de Beker van Vlaanderen in de hoogste landelijke afdeling. KAV Roeselare won de razend spannende competitie met kleine voorsprong op DAC dat mee stijgt naar de ereafdeling. MACW en ADD gingen onderin strijdend ten onder en dalen naar Landelijke 2. Eerstejaarscholiere Janne Vergote maakte indruk met een pijlsnelle 59"56 op de 400m horden (2de AT en EYOF-limiet).



KAV Roeselare kon rekenen op niemand minder dan wereldtopper Alexander Doom. Hij maakte een interessant uitstapje naar de 100m, die hij won in 10"84, vlak voor lokale OLSE-atleet **Victor Hofmans** (10"97), die met 200m-winst in 21"67 nog kostbare punten sprokkelde voor z'n club. De Europees kampioen 400m droeg ook z'n steentje bij in de Mixed Relays waarin hij slotloopster **Manon De Marez** (die ook de 200m won in 24"22) lanceerde. Die maakte het af in 3'32"11. Dankzij de overwinning in de slotproef wipte AVR in de eindstand met 236.5 punten nog voorbij DAC (235 punten) dat vijfde eindigde in de mixed relays. Eindracht Aalst (EA) belandde met 229.5 punten op de derde plaats. Thuisclub OLSE (225 punten) en HCO (223 punten) maakten de top vijf compleet. Opmerkelijk kleine verschillen. Het was een spannende interclubdag met constant haasje-over in de tussenstanden. Onderin waren de verschillen aan het einde van de rit iets groter. Hekkensluiter was Atletiekclub De Demer (ADD) met 170.5 punten dat met vier cadetten en vier scholieren aantrad ter vervanging van hun toppers, die nog in opbouw waren na een blessure. Vooral de jonge damesploeg (vierde in het deelklassement) deed met veel PR's het beste verhoppen voor de toekomst. MAC Westhoek (178 punten) vergezelt de Limburgers naar Landelijke 2. RCT wist zich met 185 punten te handhaven in Landelijke 1.

DOOM WINT 100M

AVR maakte het verschil vooral met de mannen, die met 144 punten bovenaan stonden in het deelklassement. Op het langste afstandsnummer vochten de broers **Steven/AVR** en **Matthijs Castele/FLAC** een ongezien spannend duel tot op de finishlijn uit. Jongste broer Steven bleef met 14'48"78 Matthijs met 14 honderdsten nipt voor. **Lucas Sarrazyn/AVR** scoorde de volle buit in het speer dankzij een worp van 59m28. Maar ook de vrouwen van AVR pakten punten. In de 1500m vrouwen gaf belofte **Julie Voet/AVR** in 4'38"88 de ervaren atlete **Katrijn Vande Riviere/RIEM** (4'40"47) het nakijken.

ZENO VAN NEYGEN BEVESTIGT OP DE 110M HORDEN

Bij runner-up DAC maakte **Zeno Van Neygen/DAC** indruk. Hij evenaarde de EK U23-limiet van 13"69 nadat hij een week eerder in Lokeren al 13"60 had geklokt. In het hoogspringconcours flopte **Frea Deroost/DAC** naar een winnende 1m67.

Eindracht Aalst zakte vorig jaar van ereafdeling VAL naar Landelijke 1. Meteen terug de sprong naar ereafdeling maken zat er

net niet in. Olympiër **Ruben Verheyden/EA** (1'49"97) soleerde vlot naar de winst in de 800m. Hij bouwde zijn race progressief op en sloopt als enige de muur van 1'50. Meer spanning in de 800m bij de vrouwen. **Elena Kluskens/EA** (2'08"88) nam **Helena Ponette/HCO** op sleeptouw. Maar de Belgian Cheetah had in de laatste 200m nog een stevig eindschot in de benen en snelde weg naar een PR van 2'06"82.

EYOF-LIMIET JANNE VERGOTE

Er viel in Merksem nog een EYOF-limiet uit de bus. In de tweede en snelste reeks van de 400m horden zegevierde eerstejaarscholiere **Janne Vergote/RIEM** met een ferme duik onder de minuut in 59"56. Dat is de tweede prestatie ooit op de ranking aller tijden bij de scholieren. Haar toptijd verleent meteen toegang tot deelname aan het European Youth Olympic Festival (EYOF) van 20 tot 26 juli 2025 in Skopje (Noord-Macedonië). De kersvers KVV-kampioene bleek van goudwaarde voor haar team, want ze werd nog vierde in het hoog (1m58) en had een aandeel in de derde plaats van de mixed 4x400m (3'39"47). Bij de mannen moest **Dries Van Nieuwenhove/EA** in de 400m zijn kannetje tot op de bodem ledigen om het laken in 53"96 naar zich toe te trekken.

STERKE SCHOLIEREN HCO

Enkele sterke prestaties in de springnummers: **Jeroen Gonissen/FLAC** zweefde 7m47 ver. De enige die in het hoog de tweemetergrens overschreed was hoogspringer **Giebe Algoet/HCO** met 2m00. In het discus gaf scholiere **Laure Plaetevoet/HCO** haar visitekaartje af. Ze degradeerde de tegenstand, door haar werptuig 43m10 ver te laten landen. Nog een scholiere die indruk maakte was haar categorie- en clubgenote **Marie-Lou Warnier** die de 400m won in 56"93. Mede dankzij die sterke scholierenprestaties prijkte HCO bovenaan in het vrouwenklassement. De 4x100m estafette leverde ook spektakel op. Het herenteam van OLSE (42"82) haalde het in een zeer prangende strijd van AVR (42"90). Bij de vrouwen stond er geen maat op de Eagles van EA. Zij haalden met een straatlengte voorsprong de buit binnen in 48"15.

TEKST: Koen Gardeyn

LANDELIJKE 2A: VOLHARDING MET OVERMACHT

In Hamme tekenden slechts elf van de twaalf deelnemende ploegen present na het forfait van AC Kapellen. Daardoor werd de stress om te degraderen bij de overige teams al een heel stuk minder. Vorig jaar was Oostende nog de sterkste en werd het virtuele podium aangevuld met AV Molenland en Volharding. Het was dus vooral uitkijken hoe die twee clubs zich nog zouden versterkt hebben om de favorietenrol op te nemen. Tijdens de competitie werd meteen duidelijk dat de Oost-Vlamingen toch een klasse te sterk waren. Getuige van hun sterkte in de breedte was de dubbelwinst in de 4x100m. AC Geraardsbergen werd uiteindelijk elfde maar kreeg achteraf het goede nieuws dat ze toch in tweede mochten blijven.



Sara Van Hoyweghen was van goudwaarde voor VOLH
Foto Johnny De Ceulaerde (KVV meerkampen)

Spannend was het eigenlijk zelden daar in Hamme, want al vanaf de eerste tussenstand topte Volharding onmiddellijk de ranglijst. De atleten uit Beveren openden de competitie dan ook meteen met winst voor speerwerpster **Sara Van Hoyweghen** (35m40) en verspringer **Wout Noppe** (6m50). Diens broer **Siebe** moest in de 400mH (58"34) trouwens enkel topser **Nils Romswinkel/OB** (54"33) voor zich dulden waardoor er al meteen een aanzienlijke kloof was met alle andere ploegen. Met later nog een nieuwe overwinning van meerkampster Van Hoyweghen in het hoogspringen (1m64) en een tweede plaats in de 400m van **Cobe Plasschaert** (49"98) bleef de voorsprong behoorlijk. Zeggen dat Volharding het volledig cadeau kreeg is de waarheid geweld aandoen want Molenland was echt wel op de afspraak. Zo klopte scholier **Tiago Dekie Plasschaert** in de 400m (49"97) met 1 honderdste om het maximum van de punten te veroveren en was **Hanne Claus** onklopbaar in de 200m (24"62). De West-Vlamingen bewezen hun sterkte nogmaals door de afsluitende 4x400m mixed te winnen in een zeer snelle 3'35"27. In de ploeg naast de twee atleten die al het maximum van de punten haalden ook nog **Lieze Slos** en **Mattis Tanghe**. Bij de mannen scoorden Molenland en Volharding trouwens exact

evenveel punten. De Oost-Vlamingen waren in de breedte echter nog sterker met heel wat ereplaatsen en ze zetten hun eindoverwinning nog extra in de verf door de 4x100m bij zowel de mannen (42"94) als de vrouwen (48"82) te winnen. Bij de vrouwen 4x100m werd AVMO gediskwalificeerd waardoor ze definitief een kruis mochten maken over de promotie.

VOLH MAAKT AMBITIE WAAR

Sportief verantwoordelijke van Volharding **Mathias Leys**, die door zijn atleten achteraf nog in de steeplebak werd gegooid, is alvast zeer blij met de eindwinst. "We hebben de week voor deze BVV onze ambities al uitgesproken. Vorig jaar eindigden we al in de top 3 maar toen waren onze cadetten en scholieren, die twee jaar geleden hun eigen interclub wonnen, nog niet 'matuur' genoeg om te strijden tegen de seniores. Ze zijn ondertussen een jaartje ouder en konden allemaal hun voet zetten naast de andere atleten en dat maakte dit jaar echt wel het verschil. In bijna elke discipline deden we mee voor de maximumscore en overal waren we bovengemiddeld. Bovendien werden er nog enkele ultieme vervangingen uitgevoerd zoals Cobe Plasschaert op de 400m en

dat rendeerde. En dat we beide aflossingen 4x100m winnen bewijst dat we voldoende atleten hebben om mee te strijden. Dat wordt volgend jaar ook in eerste landelijke het doel. In eerste instantie strijden we daar voor het behoud maar ik denk dat we zeker kunnen overleven net omdat we zoveel goede scholieren hebben. Maar nu eerst genieten met pizza voor de hele ploeg in ons eigen clublokaal." De meeste andere clubs kenden een zorgeloze namiddag. ZWAT, dat het clubklassement bij de vrouwen won, finishte als vierde met amper één punt achterstand op KKS. Atletiek Land van Aalst stond in het begin van de competitie onderaan, maar wist door dubbelwinst van sprinter **Sam Van Dooren** (100m: 11"16; 200m: 22"02) en de knappe prestaties van hun halve fondlopers een plaatsje in de middenmoot te bemachtigen. Sparta Bornem dankte dan weer speerwerper **Michiel Spiesens** en hoogspringer **Wout Degrande**, want hun bonuspunten brachten al zekerheid van het behoud vlak voor de afsluitende 4x400m mixed. Het was uiteindelijk AC Pajottenland dat ultiem de tiende plaats wist te bemachtigen waardoor AC Geraardsbergen op een potentiële degradatieplaats terecht kwam. 's Avonds kregen ze echter het goede nieuws dat er slechts één degradant is dus enkel AC Kapellen zakt naar het vagevuur van derde landelijke.

TEKST: Johan Permentier



Hanne Claus
Foto Paul De Schuyver (PK West-Vlaanderen)

LANDELIJKE 2B: ACA WINT VERRASSEND LANDELIJKE 3: VITA EN WIBO STIJGEN NA THRILLER

AC Alken (ACA) stak de winst op zak in Landelijke 2A in Mol en veroverde zo het enige promotieticket naar Landelijke 1. TUAC moest net als vorig jaar vrede nemen met de tweede stek. Sparta Vilvoorde kon de laatste plaats niet afwenden en mag het volgend jaar proberen in Landelijke 3. VITA en WIBO maken de sprong van L3 naar L2.

nog met 0.5pt. verschil afleggen tegen RCT en in 2023 stootten ze op SACN. Hopelijk volgend jaar meer geluk voor TUAC dat zich kon troosten met de zege in het deelklassement bij de mannen. Ac Brabo (derde), RAM (vierde) en thuisclub Vabco Mol maakte de top vijf compleet. Geen enkele ploeg degradeerde dankzij het forfait van BVAC.

ACA: "NIET VERWACHT"

In het kamp van ACA waren ze aangenaam verrast met de zege en promotie. "Het was tot ieders verbazing dat we promoveerden", reageerde ACA-secretaris Marc Knaepen. "We hadden dit vooraf niet verwacht. Natuurlijk wisten we dat we een aardige ploeg hadden, maar niemand dacht aan winnen. Tijdens de competitie eindigde we telkens 1 of 2 plaatsjes voor onze dichtste concurrenten TUAC en BRABO. We wisten dat we op het einde nog één goeie aflossing nodig hadden om zeker te zijn en dat lukte. De Mixed 4x400m kon zelfs een ererondje lopen. Het is natuurlijk jammer voor TUAC. Vorig jaar kwamen ze ook maar nipt tekort tegen RCT en nu pakken ze er opnieuw naast", toonde Knaepen zich begaan met de 'Poulidor van Landelijke 2'. De mix van ervaring en talent werkte. "Het is over het algemeen een vrij jonge ploeg. We zitten met een aantal cadetten en scholieren en tegelijkertijd ook enkele atleten die al lang meegaan, zoals ploegsamensteller



De kampioenenploeg van ACA
Foto Caroline Vranken

DOMINANT ACA

Door het forfait van BVAC verzamelden niet 12 maar 11 ploegen in Landelijke 2B in Mol. ACA nam in de tussenstand snel de bovenhand. Verrassend, want vorig jaar eindigde de Limburgse club pas zevende. Enkele jeugdige nieuwkomers tilden ACA naar een hoger niveau. Zo won Vlaams cadettenkampioene meerkamp **Etoilia Gorrens** het ver met 5m49. In de 200m spurtte ze naar de vijfde plek in 25"79 en ze had ook haar aandeel in de zege van de 4x100m-ploeg (50"22). Nog een cadette die uitblonk was **Kaat Gijbels** die met 1m50 tweede werd in het hoog. Maar het was vooral een knappe collectieve prestatie van de zwarthemden die een opmerkelijk divers team op de been brachten: een mix van cadetten, scholieren, junioren, seniores en ook opvallend veel masters. Nog voor de laatste aflossingen was ACA zo goed als zeker van de winst.

TUAC OPNIEUW TWEEDE

Eerste achtervolger TUAC kon het tij niet meer keren. Ze haalden nog alles uit de kast in de afsluitende estafetteraces. Maar on-

danks knappe zeges van de 4x100m mannen (42"73) en de mixed 4x400m (3'42"63) konden ze ACA niet meer bedreigen. TUAC lijkt een abonnement te hebben op de tweede plaats. Vorig jaar moesten de Turnhoutenaren het na een dramatische ontknopning



1500m-vrouwen
Foto Caroline Vranken

Benjamien Mathijs, een dertiger, die de 400m horden won. Al hebben we ook nog een paar goeie masters. Of we ons kunnen redden in Landelijke 1? Ik denk van wel. Volgend jaar komen er natuurlijk een paar proeven bij. Het hinkstap zal wel meevalen. Met Nele Mommen hebben we een iemand die maar 5cm van het BR W35 hinkstap (red. 11m38) zit. De horden worden een grotere probleem."

Op de spurt toonde **Lotte Van Lent/AVZK** zich. Een weekje na haar avontuur in de World Relays, waar ze mocht pionieren in de mixed 4x100m, kroop ze in de startblokken voor een 100m en een 200m. Met succes ze won in 11"88 en 24"03. Qua jeugdprestaties sprong de 400m-tijd van cadette **Lianne Jans/TACT** van 56"75 in het oog. Thuisatleet **Stef Corthous/VMOL** liep zich in de kijker met 3000m-winst in 8'40"00.

L3:MIXED RELAYS BESLISSEND

Door het forfait van, ARAC, draaide Landelijke 3 uit op een gezellig onderonsje tussen zes clubs. Maar al snel werd duidelijk dat het tussen drie clubs ging om promotietickets en de zege. Thuisclub **HOPP** wedijverde met **VITA** en **WIBO**. De drie clubs gaven elkaar nauwelijks iets toe. In de finale lagen ze op een spreekwoordelijke zakdoek. **WIBO** leidde met 4 punten voorsprong op **VITA** en 6 punten op **Hoppeland**. De beslissing viel in de afsluitende mixed 4x400m. **VITA** won het slotnummer na een spannende strijd met **HOPP** en sprong zo in extremis nog over **WIBO** (vijfde in de estafette) met 103 punten. **WIBO** (102 punten) werd tweede en kon zich troosten met de promotie. **HOPP** (tweede in de 4x400m) belandde finaal op de derde stek met 99 punten. **Halestra** volgde als vierde met 86 punten. Enkele opmerkelijke prestaties: master **Björn De Decker/WIBO** realiseerde 6m93 in het verspringen. Nog voor **WIBO** benaderde **Sophie Verlinden** in het kogel met een verre laatste worp van 11m48 haar eigen BR W45 van 11m99. Thuisloper **Tibaut Vandellannootte/HOPP** soleerde naar 3'51"49 in de 1500m. Voor **VITA** vermelden we de zusjes **Catho** en **Chloë Van Weyenberg**. Cadette **Chloë** won de 800m in 2'21"78 en ou-



Sophie Verlinden

Foto Johnny De Ceulaerde



COVER Sportieve felicitaties tussen Alexander Doom en Sander Colpaert
FOTO Jens Riskin

dere zus, scholiere **Catho** triomfeerde in de 1500m in 4'51"19. Bij Molenbeek schitterde scholier **Ben-Aissa Kadoui** met 400m-winst in 51"09. Voor **Halestra** - dat met een zeer jong team aantrad - won scholier **Felix Eerens** de 100m in 11"27. **ZA** behaalde geen

enkele overwinning, maar desondanks hield het met 82 punten nog net rode lantaarn Molenbeek (80 punten) achter zich.

TEKST: Bart spruijt

Atletiek Vlaanderen vzw

@letiekleven 19 - Donderdag 22 mei 2025

FOTO'S: Nadia Verhoft, Johnny De Ceulaerde, Hilde Muls, Caroline Vranken en Paul De Schuyter
TEKST: Bart Spruijt, Ben Ghyselincx, Jacky Stijven, Koen Gardeyn en Johan Permentier

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.