

@LETIEKLEVEN

PK LIMBURG



RECORDREGEN OP ZONOVERGOTEN KAMPIOENSCHAP

In het nieuwe sportcomplex de Weeg -lokaal dialect voor de Wieg en een verwijzing naar de kraamafdeling van het ziekenhuis dat tot enkele jaren geleden vlakbij de nieuwe piste stond -tekenden BREE en het PC voor de organisatie van de Limburgse pistekampioenschappen editie 2026. Met respectievelijk 227 en 251 inschrijvingen kwam een mooi aantal atleten naar de nagelnieuwe piste en werpstanden afgezakt. Met veel zon, aangename temperaturen en wind die meestal in het voordeel blies, genoten de atleten van uitstekende omstandigheden. Absolute topprestaties bleven uit, maar er kwamen zo vroeg in het zomerseizoen toch al fraaie resultaten en een resem persoonlijke records op de tabellen.

“Dat is allemaal heel deftig. Leuke wedstrijden ook, maar hier moest ik nog niet pieken. Dat is pas voor het BK meerkamp”, knipoogde ze.

Jonalien Lismont/ADD was met twee titels in de halve fond ook één van de grote uitblinkers bij de cadetten. Op zaterdag ging ze in de 1500m, die samen met de scholieren gelopen werd, bij de bel weg van scholiere **Elle Arnauts/TACT**. Na een snelle laatste ronde finishte ze in 4'53"72. Ze had na haar aankomst zelfs nog tijd en adem over om haar concurrente aan te moedigen. *“Wij trainen vaak samen. Ik had in die eerste ronden sneller kunnen lopen, maar ik wachtte tot de laatste ronde om te versnellen. Op het BK wordt het kiezen tussen de 800 en 1500m. Ik kijk vooraf naar de ranglijsten en zal daarna een beslissing nemen.”* In 2'28"94 was ze ook in de 800m met voorsprong de beste Limburgse cadette.

In een spannend duel met **Noé Gelders/ADD**, die met 5m27 geopend had, pakte Mila Rookx bij haar laatste beurt bij meer dan anderhalve meter tegenwind met 5m29 de titel. Noé Gelders zette in haar laatste beurt nog alles op alles, maar kwam voor het goud uiteindelijk 1 cm te kort. *“Mijn persoonlijk record bedraagt 5m37, maar ik voelde me vermoeid vandaag. Vóór mijn laatste sprong was het telkens error in mijn hoofd. Mijn laatste poging was gelukkig de beste.”* Ook in het hinkstapspringen was Mila Rookx de beste. Bij haar eerste beurt landde ze op 10m74, ruim voldoende voor de titel. *“Doelen deze zomer zijn centimeters erbij in de springnummers en snellere chrono's in de*



Cadettenpodium hinkstap: Mila Rookx (m), Esmée Goukens (l) en Amerie Callegarie (r)
Foto Jens Riskin

Zoals wel vaker op provinciale kampioenschappen waren het vooral atleten uit de jeugdcategory die voor de betere resultaten zorgden. Zo wierp cadette **Sileny Bergs/AVT** zich prestatiegewijs op tot een van de absolute uitblinkers van de zonovergoten tweedaagse. De 14-jarige tweedeaarscadette uit Eksel, vorige zomer al goed voor 12"41 in de 100m en 25"77 in de 200m, sprintte in de reeksen van de 100m naar 12"17 en hield in de finale in 12"29 het ATLA-duo **Jill Pirlet** en **Mila Rookx** een eind achter zich. *“Ik had wel hard getraind, maar dit had ik in mijn eerste wedstrijd van het seizoen nog niet verwacht. Met meer competitieritme en in de juiste omstandigheden durf ik voor dit zomerseizoen nu op 12 seconden rond te mikken.”* Later op de namiddag knalde ze in een sterke 25"19 ook in de 200m naar de titel. En loodste zo **Etoilia Gorrens/ACA**, vorig jaar met 45m96 in het speerwerpen de revelatie van het provinciaal kampioenschap, naar een persoonlijk record van 25"73. De nationaal recordhoudster in de zeskamp proefstoomde in Bree voor haar eerste meerkamp, op 9 en 10 mei in Heerenveen. *“Daar doet Etoilia een zevenkamp bij de U18”, gaf trainster Linde Ceysens mee. “Met andere nummers en met oudere atletes als concurrentes zien we die wedstrijd vooral als een goede ge-*

legenheid om ervaring op te doen en met druk om te gaan.” Het duurde een paar pogingen vóór ze in het speerwerpen bij haar vierde beurt 45m61 liet optekenen. Omdat de 80m horden vlak na het speerwerpen geprogrammeerd stond, liet ze haar laatste beurten schieten. Met 11"72 was ze in de horden veel te sterk voor de concurrentie. Op de tweede wedstrijddag verbeterde ze zich in het kogelstoten tot 13m17.



phebe Nicolaij
Foto Jens Riskin

spurtnummers.”

De overige cadettentitels gingen naar Marie Mertens/SACN (400m, 1'04"12), Jolien Hermans/LOOI (300 horden, 48"12), Emma Demarsin/TACT (discus, pr 22m88) en Kaat Gijbels/ACA (hoog, pr 1m60).

DUBBELS VOOR SCHOLIEREN JANS, GEUNS, DECKERS EN SCHILDERMANS

Hélène Deckers/LOOI trok net als vorig jaar tijdens de paasvakantie naar Spanje en verzilverde die stage met twee titels. Op zaterdag hield ze in de 100m horden (wind -1,9m) in 14"09 trainingsmaatje Amélie Coenen/AVT (14"16) af. *“Bij het afwerken van de oefenstarts schoot er iets in mijn kuit. Daardoor was mijn start in de wedstrijd zelf niet denderend.”* Het belette haar niet om 's anderendaags te schitteren in de 100m. Na een reekstijd van 12"02 knalde ze in de finale naar 11"87, vijf honderdsten beter dan haar vorig record. *“Daar ben ik zo vroeg in het seizoen echt heel blij mee. Ik mik voluit op een selectie voor de 4x100m op het WK U20 van deze zomer in Eugene. We hebben drie wedstrijden om het minimum van 45"20 te lopen. Verder zou ik graag mijn persoonlijk record 200m willen aanscherpen. Dat staat al twee jaar op 24"46.”* De 200m liet ze aan zich voorbijgaan. Die werd in 25"17 na een spannende strijd met Amélie Coenen/AVT (25"51) gewonnen door Lianne Jans/TACT. Na het goud in de 400m (in een hele sterke 56"26, amper 6 honderdsten boven haar record) op zaterdag, meteen haar tweede titel. *“In de 200m pushte Amélie me tot vlak vóór de streep, de benen wogen na de 100m (waarin ze in 12"11 een pr liep, nvdr) wel zwaar. In de 400m zou ik deze zomer graag onder de 56 seconden willen duiken.*



Lewis Geuns
Foto Jens Riskin

Dat moet haalbaar zijn”, aldus de Truiense die in coronatijden het ijschaatsen voor atletiek inruilde.

Belgisch recordhoudster hinkstapspringen (12m12) voor cadetten Lewis Geuns/AVT opende haar provinciaal kampioenschap met het speerwerpen. Bij haar derde beurt zoefde de speer naar een persoonlijk record van 36m69, bijna drie meter verder dan haar vorige beste. *“Speerwerpen doe ik niet alleen om af te wisselen met het hinkstapspringen. Ik doe het ook heel graag en werk regelmatig trainingen onder leiding van Marc Van Mensel af. Zo heb ik al goed aan mijn techniek gewerkt. Mijn doelstelling voor 2026 is om 38 meter te gooien.”* In het hinkstapspringen ging ze bij haar vierde beurt naar een fraaie 12m06. *“Mijn indoorseizoen was ook al goed en mijn stap gaat steeds beter. Maar het blijft wel een*

werkpunt. Ik zou deze zomer graag rond de 12m40 landen.”

Lou Schildermans/SACN stootte een week voor het Limburgs kampioenschap in Tienen de kogel al naar een persoonlijk record van 12m23. In Bree had ze aan 11m82 genoeg om Lewis Geuns (11m46) van een derde gouden medaille te houden. In het discuswerpen sloopte ze met een persoonlijk record van 40m31 de grens van 40 meter. *“Vorige zomer sloot ik af met 36m64 en in Tienen haalde ik al 40m23”,* vertelde de eerstejaars uit Hamont. *“Hoe ik die forse vooruitgang verklaar? Ik heb meer getraind en veel op techniek gewerkt. Bovendien heb ik in de paasvakantie in Lanaken een heel goede trainingsstage afgewerkt.”*

De 800m werd een tactische wedstrijd met Lio Ramaekers/LOOI en Stien Roebben/ADD als protagonisten. Het draaide uiteindelijk uit op een spannend spurtduel waarin Roebben in 2'23"93 aan het langste eind trok. *“Het is de eerste keer dat ik Lio kan kloppen, trainen loont”,* vatte de atlete uit Beverst het bondig samen. *“Ik blijf ook maar één seconde boven mijn record van 2'22"96 dat ik begin april in Diepenbeek gelopen heb. Mijn chrono doel is nu 2'20.”*

De andere scholierentitels gingen naar Elle Arnauts/TACT (1500m, 5'02"00), Maxime Voorter/ADD (3000m, pr 10'34"99), Helle Kuipers/AVT (400m horden, pr 1'06"86), Inthe Daniëls/ADD (5m27 ver) en Laurie Smeets/ATLA (pr 1m55 hoog). Inthe Daniëls ging even hoog, maar had daarvoor meer sprongen nodig.

DUBBELS VOOR JUNIORES RONCADA EN CONINX

Lauren Petroci-Coninx/GENK beperkte

Podium 200m juniore: Dieuwke Claes (l), Lauren Petroci-Coninx (m), Rana Yilmaz (r)

Foto Jens Riskin



zich in Bree tot de 100m. Met 11"95 deed ze vier honderdsten beter dan een week eerder in Lommel. *"Ik schreef niet voor de 200m in omdat mijn hamstrings wat overbelast waren en had in de 100m al een beter gevoel dan in Lommel. Het WKU20 in Eugene is het grote zomerdoel. Het Vlaams kampioenschap wordt alvast een eerste belangrijke afspraak."* In haar afwezigheid trok **Dieuwke Claes/SACN** in de 200m (26"03) het laken naar zich toe. In de 400m, die door enige deelneemster **Lisse Francart/ADD** in 1'03"27 gewonnen werd, ontbrak favoriete **Guinevere Cruyts/TACT**. Daar was een goede reden voor. *"Ik had op zaterdag in Leuven een voorbereidend college op de toelatingsproef voor de opleiding geneeskunde. En in plaats van op zondag in de 200m aan te zetten, opteerde ik voor de 800m. Dat heb ik geweten, het was afzien. En ik moest echt alles uit de kast halen om Ylva Vertessen/ADD af te houden. Een overstap naar de 800m is dus niet aan de orde",* lachte ze na haar winnende 2'21"65.

Ylva Vertessen/ADD was als enige deelneemster in 1'08"74 dan weer de logische kampioene in de 400m horden. In de 100m horden kwam **Emma De Paepe/GENK** in 14.98 weer boven water. *"Ik heb lang stilgelegen door ontstekingen in mijn knieën en ben pas een maand weer deftig aan het trainen. De meerkamp blijft het grote doel. Ik hoop tegen het einde van het zomerseizoen een zevenkamp te kunnen doen."*

Jinthe Coninx/ADD pakte twee titels: een pr van 10m18 in het hinkstapspringen en 1m55 hoog. Dat deed ook **Elena Roncada/ACA** met 4m86 ver en 31m23 speer. **Niene Boonen/GENK** (32m32 discus) en **Lisa Du Tré/LOOI** (10m18 kogel) pakten de andere werptitels. **Ibtisam Taha/GENK** was de enige juniore in de 1500m (5'21"27).



Elena Roncada
Foto Jens Riskin

COMEBACK NYSSSEN

Marthe Nyssen/ADD zag door stressfracturen in de voet haar twee junioresjaren volledig in rook opgaan. In Genk dulde ze in de 1500m één ronde lang het gezelschap van Ibtisam Taha, om daarna aan een lange solo te beginnen. Ze zegevierde in 4'58"46. *"De chrono is wat teleurstellend, maar het begin is gemaakt. Er zit zeker meer in."*

Clubgenote **Lauren Meyers** was in het voorbije veldloopseizoen een sterke nieuwkomer. Na het veld baant de ex-voetbalster zich nu ook een weg op de piste. Na 9'52"63 begin april in Diepenbeek klokte ze in de 3000m na een lange solo nu af in 9'52"16. Limburgs veldloopkampioene **Lana Ryckaert/LOOI** werkte in Font Romeu een trainingsstage van twee weken af en testte in Bree in de 800m haar snelheid. Na een passage in ongeveer 61 seconden

stormde ze na een eenzame solo uiteindelijk naar 2'11"64.

De baanronde was in 58"52 voor **Lore van der Gaast/AVT**. De 400m is ook de nieuwe discipline van **Elodie Francart/ADD**. Zij koos voor de 200m en na een spannende finish toonde de Tongerse zich daarin in 25"76 zeven honderdsten sneller dan van der Gaast. *"Indoor liep ik afgelopen winter de 400m in 56"35. Maar door een aanval van zona lag ik een tijdje uit, ik ben pas sinds een week weer aan het trainen. Daardoor kwam de 400m te vroeg. Mijn tijd in de 200m is niet top, maar ik ben heel blij dat ik weer wedstrijden kan doen."*

Margot Vanspauwen/TACT was met een pr van 12"47 de snelste in de 100m. Een dag eerder en ook al met een pr van 1'03"96 was ze als enige deelneemster kampioene in de 400m horden geworden. De titel in de 100m horden (17"07) ging naar **Anneleen**



Marthe Nyssen (1624) en Ibtisam Taha (GENK)
Foto Jens Riskin



Margot Vanspauwen
Foto Jens Riskin

Get
ready for
the **best**



Kim Gevaert
Allianz Ambassador

Vestraeten/ADD.

De titels in de kampnummers werden mooi over verschillende clubs verdeeld. ATLA zwaaide met **Axel Pieri** (43m51) en **Liene Daniels** (11m10) de plak in discus en kogel. **Zoë Devillé/ADD** deed in het verspringen met 5m33 11 cm beter dan **Fenne Hoobergs/LOOI**. Die won met 11m06 dan weer het hinkstapspringen waarin favoriete **Margot Delbare/AVT** zes ongeldige sprongen liet optekenen. Met een pr van 1m50 won **Lien Onkelinx/AVT** als enige atlete in competitie de titel in het hoogspringen.

circuit komt en al 8'31 in de 3000m liep, om beurten het kopwerk. Met een scherpe versnelling bij het ingaan van de slotronde maakte **Ferson** uiteindelijk in 14'49"14 versus 14'55"98 het verschil.

In de korte spurtnummers was het uitkijken naar topfavoriet **Thomas Leendertse/SACN**. In de 100m (11"29) maakte hij bij bijna twee meter tegenwind zijn favorietenrol waar, in de 200m (22"42) moest hij de duimen leggen tegen **Elias Roncada/ACA** die met 22"35 een persoonlijk record liep. "Vorige zomer realiseerde ik met 10.98 een

dric Mesotten/ACA moest het in zijn reeks in 49"89 weliswaar afleggen tegen junior **James Noels/LOOI** (49"68), maar het was wel ruim voldoende voor het goud bij de seniores. Een eervolle vermelding overigens voor master **Simon Baerts/AVT** die op zijn 44ste uitpakte met 51"29 en winst in de tweede reeks. Goed voor een sterk persoonlijk record én zilver!

Tibo Convens/LOOI was de enige deelnemer in de 110m horden (15"87), zelfde verhaal voor **Arne Vlayen/TACT** in de 400m horden (1'00"70).

Clubgenoot **Wietse Vander Schelde** triomfeerde zowel in het discuswerpen (45m54) als in het kogelstoten (15m57). In die laatste discipline mocht hij bovendien een persoonlijk record bijschrijven. "De opgedreven krachttraining begint te renderen. De grens van 16 meter is nu de volgende gezonde ambitie."

In het speerwerpen nam **Kobe Danckaert/ACA** bij zijn derde beurt met 49m56 definitief de leiding over van **Sasha Sijbers/SACN** die met 46m55 geopend had. **Wout Eussen/GENK** bedwong in het hoogspringen bij zijn tweede beurt 1m90, **Jolan Vreysen/SACN** faalde drie keer op 1m85. Vreysen verzekerde zich met 12m34 wel van de Limburgse titel in het hinkstapspringen. In het verspringen jumpste **Yente Vandersteen/AVT** bij zijn laatste poging naar 7m14 (wind +2,8m) en was zo de enige atleet die voorbij de zeven meter ging.

VAN SELST EN NOELS GROTE SLOKOPS

James Noels/LOOI was in de spurtnummers onklopbaar. Na 11"26 en 23"06 in respectievelijk de 100 en 200m op zaterdag, volgde een dag later ook nog in 49"68 goud in

Speerwerpster **Lotte Smets/TACT**, die aan 42m49 genoeg had voor een nieuwe titel, blijft jagen op een worp van 45 meter. "Het was de eerste keer dat ik een langere aanloop uitprobeerde. Het is nog een beetje zoeken. Maar dit is alvast een goed begin."

TWEE TITELS VOOR VANDER SCHELDE EN VANGHEEL

Jonas Vangeel/GENK maakte op het eerste Limburgse kampioenschap korte cross afgelopen winter al een hele sterke indruk. In Bree trok hij die opwaartse lijn door en schreef hij zowel de 800m (1'54"77) als de 1500m (3'58"31) achter zijn naam. Het tempo dat hij dicteerde, was te hoog voor zijn tegenstanders. **Korneel Weekers/ADD** was telkens de laatste die kraakte. "De chrono's waren nog niet zo goed. Maar het is nog maar mijn eerste jaar dat ik de 1500m doe. In Lommel liep ik 3'56"65, daaronder duiken is het eerste doel. En beter doen dan mijn pr van 1'53"15 in de 800m is een ander streefdoel", aldus Vangeel.

In de 5000m deden **Simon Ferson/LOOI**, die veel tijd aan zijn doctoraat moet besteden, en **Kylian Schots/ADD**, die uit het weg-

eerste doelstelling, maar deze wedstrijd kwam te vroeg voor mij. Ik blijf ook deze zomer in de 200m op een tijd onder de 22 seconden jagen", zette Leendertse zijn belangrijkste doel uit.

De 400m werd in drie reeksen gelopen. Ce-



de 400m. Daarmee deed eerstejaarsjunior Noels, vorige zomer al goed voor 48"04 in de baanronde, zelfs beter dan de snelste senior. Meerkamper **Daan Van Selst/SACN** deed qua aantal titels zelfs nog iets beter: na 40m24 discus en 12m60 kogel - goed voor twee persoonlijke records - volgden op de tweede wedstrijddag nog 49m55 in het speerwerpen en een persoonlijk record van 15"21 in de 110m horden. Sterk werk van de 18-jarige meerkamper. *"Hier ben ik voor mijn eerste wedstrijden van het seizoen tevreden mee. Mijn eerste meerkamp doe ik op 9 en 10 mei in Heerenveen"*, blikt de student burgerlijk ingenieur vooruit naar zijn eerste grote seizoensdoel.

Maxim Convens/LOOI was met 1'00"12 in de 400m horden anderhalve seconde sneller dan **Lukas Putzeys/GENK**. **Lander Segers/MACD** bezorgde zijn club uit Dilsen-Stokkem, waar sprake is van de aanleg van een nieuwe piste, titels in de 1500m (5'35"08) en 5000m (16'42"30). Een van de spannendste wedstrijden van de lange tweedaagse was ongetwijfeld de 800m. Daarin leek **Tuur Gijbels/AVT**, die van bij het startschot wegschoot, lange tijd op weg naar een zekere titel. Maar in de absolute slotmeters en na een beklijvend spurduel pakte **Jonas Wouters/LOOI** hem alsnog bij de lurven: 1'59"39 versus 1'59"51 was het minieme verschil in chrono.

De titels in de springnummers gingen naar **Maarten Segers/ATLA**, die met 1m73 zijn persoonlijk record aanscherpte, en naar **Eppe Deprez/AVT** die het verspringen won met 6m07.

RESEM CORDS PERSOONLIJKE RE-

Met o.m. eerstejaarscholier **Matice Kel-**



Lander Segers (4165)
Foto Jens Riskin

lens brengt ATLA een nieuwe generatie spurters in stelling. De 16-jarige Maasmehelaar bereidde het zomerseizoen met een stage in Malaga voor en pakte in de 100m via 11"42 in de reeksen in de finale met de titel én 11"39 uit. Dat is nu al 19 honderdsten sneller dan in 2025 in zijn tweede jaar als cadet. Later in de namiddag spurtte hij ook in de 200m naar het hoogste podiumtrapje. Daarin werd het 23"04, 34 honderdsten sneller dan vorige zomer. *"Indoor liep ik afgelopen winter al een keer 23"17. Mijn start wil al eens minder goed zijn, daar werken we verder aan. En ik moet in het midden van de race ook beter met de armen blijven werken. Ik heb nu met het oog op de Belgische jeugdkampioenschappen alvast mooie chrono's achter mijn naam staan."*

Nog in de spurtnummers maar dan met hor-

den, veroverde ook **Amaury Bellen/TACT** twee keer goud. Met 57"82, ruim een seconde sneller dan de 58"87 van een week eerder in Turnhout, vestigde hij een persoonlijk record in de 400m horden. Daarna volgde nog een chrono van 15"18 in de 110m horden. **Matteo Giardini/ADD** stoomde in de 400m vlak in 51"59 naar het goud op. **Ferde Saenen/LOOI** heerste in de halve fond. Met 2'04"07 pitste hij in de 800m ruim twee seconden van zijn vorig pr af, in de 1500m (4'25"17) was zijn overwicht nog een stuk groter. **Seb Vrijens/ATLA** was de enige scholier die voor de 3000m ingeschreven had. Gesteund door het publiek en met de glimlach lapte hij zijn rondjes af om te finishen in 10'45"15.

Kogelstoter **Lander Loomans/SACN** greep de kampioenschappen aan om zijn persoonlijk record flink op te krikken. Bij zijn vijfde beurt landde de kogel op 15m37, bijna een meter beter dan de 14m46 van 2025. *"Dat had ik amper een week na mijn trainingsstage nog niet verwacht. Vooraf had ik 15 meter wel als doel in mijn hoofd. Zestien meter gaat voor deze zomer te hoog gegrepen zijn, maar 15m50 is nu wel realistisch"*, vertelde 17-jarige Lommelaar. In het discuswerpen beleefde hij met 36m79 en vier ongeldige worpen een mindere dag. *"Mijn persoonlijk record bedraagt 43m24 en op training gooi ik regelmatig 45 meter."* In het discuswerpen ging het goud naar **Kenneth Baerts/ACA**. Hij smukte zijn titel na een heel regelmatige wedstrijd met een persoonlijk record van 40m91 op, 45 cm beter dan zijn vorige beste.

Ruben Hendriks/SACN evenaarde in het hoogspringen met 1m70 zijn pril persoonlijk record. **Lukas Struys/ACA** jumpste met bijna drie meter rugwind naar 6m23 én de Limburgse titel in het verspringen.



Speerpodium seniores mannen: Sasha Sijbers (l), Kobe Danckaert (m), Jens Van Eysendeyk (r)

Foto Jens Riskin

Speerwerper **Karel Vermeersch/AVT**, die vorige zomer 45m42 als beste worp liet optekenen, is dit zomerseizoen al heel vroeg op dreef. Zo prikte hij begin april in Diepenbeek zijn speer naar 51m54. In Bree werd het 49m30. De eerste winter in de fitness en de vele techniektrainingen werpen hun vruchten af. *“Ik probeerde vandaag een nieuwe speer uit en moet nog wat zoeken. Hier ben ik dan ook tevreden mee”,* zei de 16-jarige Hasselaar. *“Als alles goed samenvalt, dan moet de grens van 55 meter er deze zomer aan geloven.”*

VIER TITELS VOOR MILO THIJS

Milo Thijs/ATLA was samen met Daan Van Selst de grootste medaillekaper. Liefst vier gouden medailles verhuisden richting Riemst. De 14-jarige spurter, die met 13”17 op de deelnemerslijst van de 100m stond, knalde in de reeksen al naar 11”93. In de finale deed hij daar nog eens 6 honderdsten af. Het verschil met **Senne Cremers/ADD** bedroeg 16 honderdsten. *“Ik had in Malaga een goede stage afgewerkt, maar dit had ik in mijn eerste wedstrijd niet zien aankomen. Ook al omdat ik in de dagen voor het kampioenschap tijdens een schoolreis naar Parijs veel gewandeld had. Ik zet nu 11”50 als nieuw chrono-doel uit.”* Ook in de 200m, waarin hij begin maart in Gent 23”90 had gelopen, was hij in 24”36 met afstand de snelste atleet van de drie reeksen. Ook in de hordenummers was Milo Thijs ongenaakbaar. In de 100m horden werd het bij zijn debuut 14”45, in de 300m horden scherpte hij zijn pr van 45”34 tot 43”11 aan.

In de 400m was **Leon Ceelen/SACN** in 56”72 sneller dan **Ilias Verboven/AVT** (57”65) en **Mats Vanherle/LOOI** (57”79). Ceelen pakte met 5m64 (wind 2,2m) ook nog de titel in het verspringen. In de 800m gaf **Miel Proes-**



Milo Thijs (5641)
Foto Jens Riskin

mans/ADD zijn gouden medaille nog wat extra glans door in 2’17”93 een persoonlijk record te lopen.

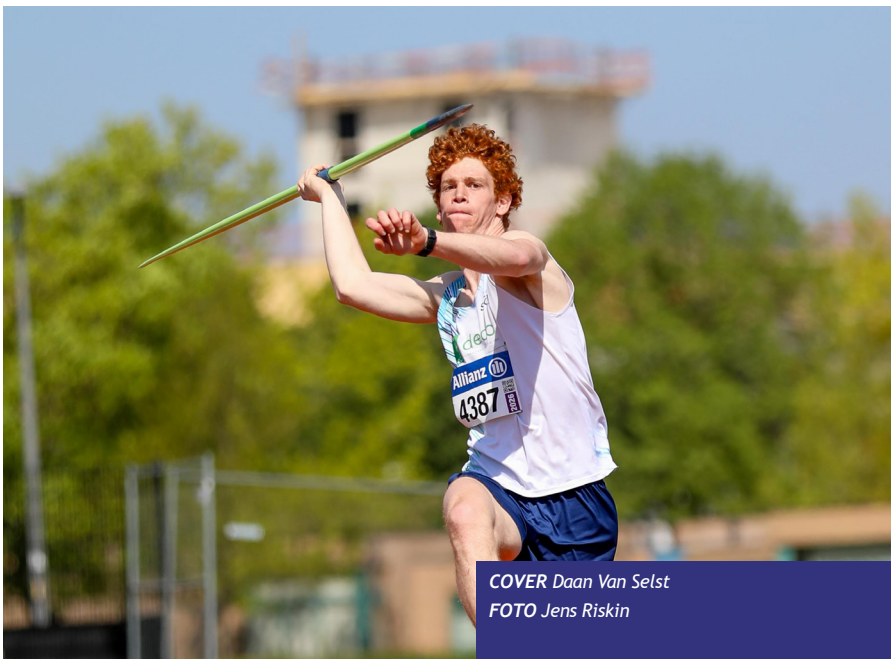
In de 1500m maakte **Arne Wilssens** - zoon van ex-atleten Koen Wilssens en Helena Pluymers en lange tijd afgeremd door groei-klachten - indruk met een pijlsnelle start en een volgehouden solo. Met 4’24”84 deed hij bijna 22 (!) seconden van zijn vorig record af. Straf! Met **Ilias Verboven/AVT** (pr 40m69 discus en 11m78 kogel), **Giel Devos/ACA** (39m39 en pr 11m22 kogel) en **Finn Schurmans/SACN** (35m17 en 10m84) was het podium voor het discuswerpen identiek aan dat van het kogelstoten. *“Dat ik het kogelstoten zou winnen, had ik verwacht. Voor de titel in het discuswerpen had ik vooraf aan een spannend duel met Giel gedacht. Dat ik mijn beste prestaties vandaag telkens bij de vijfde beurt liet optekenen? Dat*

is geen toeval, de vijfde beurt is namelijk mijn geluksworp”, lachte de 15-jarige Hasselaar. *“Ik ben pas als tweedejaarsminiem deftig beginnen te trainen. Vandaag ga ik in het discuswerpen voor het eerst voorbij de kaap van 40 meter. Twaalf meter in het kogelstoten is nu mijn volgende doel.”*

Nog in de werpnummers ging speerwerper **Kyan Cluysen/AVT** bij zijn vierde beurt met een persoonlijk record van 41m38 - bijna een meter verder dan een week eerder in Lommel - voorbij de 41m20 van Giel Devos.

In het hinkstapspringen liet **Jayden Vanhamond/SACN** zes ongeldige beurten en een NM optekenen. **Bram De Coster/AVT** won het hoogspringen met een wip over 1m70, een evenaring van zijn persoonlijk outdoor-record.

TEKST: Jacky Stijven



COVER Daan Van Selst
FOTO Jens Riskin

Atletiek Vlaanderen vzw

@letiekleven 12 - Dinsdag 28 april

FOTO'S: Jens Riskin
TEKST: Jacky Stijven

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.