

@LETIEKLEVEN

WK MASTERS DAEGU



SANDRINE HOST SCHITTERT MET 3 KEER GOUD

19 medailles waarvan vijf gouden. De balans na het WK masters (22 augustus t.e.m. 3 september) in het Zuid-Koreaanse Daegu oogde bijzonder positief. De 27-koppige delegatie overtrof de stoutste verwachtingen. Sandrine Host was met een driedubbele wereldtitel (1500m, 5000m en veldloop) de hoofdleverancier. Maar ook Lucien Heyde (veldloop) en Alain Guillaume (kogel) kroonden zich tot wereldkampioen in hun leeftijdsklasse. De klimatologische omstandigheden (hitte en luchtvochtigheid) speelden nochtans niet in het voordeel van de Belgen op de (middel)lange afstand. Mede door die zware omstandigheden sneuvelden er niet erg veel BR's, maar het zijn in de eerste plaats de plaatsen die tellen op een kampioenschap.



Openingsceremonie
Foto Shaggysphotos

Weinig mensen hadden vooraf durven voorspellen dat de 17 medailles van het vorige WK in Göteborg (3 gouden, 8 zilveren en 6 bronzen), behaald door 93 masters, overtroffen zou worden. Maar de 27-koppige Belgische ploeg kwam uitstekend voor de dag. In de medaillestand eindigde België op de 29ste stek, enkele plaatsen voor Nederland. Over onze noorderburen gesproken... Tijdens het WK werd bekend dat Nederland het volgende WK masters zal organiseren. Normaal was Nederland pas kandidaat voor 2030, maar omdat Lima (Peru) zich terugtrok als organisator van het WK 2028 strijkt het WK twee jaar vroeger neer in Nederland. Namelijk in Breda, Oosterhout en Etten-Leur, vlak over de noordgrens met België. Daar zullen ongetwijfeld een pak meer masters op het appel zijn.

(MIDDEN)AFSTAND: MEDAILLES VOOR HOST, HEYDE, RENS EN SCHAUWAERS

Ere wie ere toekomt. Sandrine Host/SER (W50) keerde huiswaarts met een perfect rapport. Ze scoorde drie op drie. In de 5000m liep ze naar het goud in 19'15"72. Enkele dagen later volgde een tweede wereldtitel op de 1500m. Nadat ze vlot door de reeksen geraakte, maakte ze het af

in de finale in 4'46"07. De wereldrecordhoudster W50 op de 3000m was nog niet verzadigd. Op de slotdag snelde ze op een pittig veldloopparcours naar haar derde gouden plak. Na 8 km crossen in 29'44" had ze 18 seconden voorsprong op de nummer twee.

Lucien Heyde/ACME (M70) ging ook voor een stevig menu. Hij zou openen met de 10km op de weg, maar door een wijziging

in het uurschema viel dat nog moeilijk te combineren met de 800m. Nadat hij zowel in de 800m, 1500m en 5000m telkens vrede moest nemen met zilver na een supersterke Zuid-Koreaans, was de ontlasting groot toen hij op de slotdag een-de-lijk zijn dik verdiende wereldtitel binnenhaalde. In een langgerekte eindsprint versmachtte hij z'n Zuid-Koreaanse opponent.

Vaste waarde Stefan Rens/ACHL (M55) sprokkelde ook flink wat ereplaatsen bij elkaar. Hij opende z'n rekening met zilver in de 10km op de weg. De Kempenaar racete naar 36'25 in niet te onderschatten weersomstandigheden (hitte, hoge luchtvochtigheid). In de 5000m eindigde hij vijfde in 17'15"29, in de 1500m zevende in 4'39"23 en op de slotdag sloot hij z'n WK af in schoonheid met brons in de veldloop. Rens' clubmakker Kevin Schauwaers/ACHL (M40) was ook voor het eerst van de partij op een internationaal masterskampioenschap. Zijn debuut mocht er wezen. Met zilver in de 5000m in 15'07"93 en op de halve marathon in 1'09'36 en een vierde plek in de 1500m in 4'39"23 deed hij ook z'n duit in het zakje. De bijzonder felle wind was een grote factor in de halve marathon. Tijdens de 5000m was er dan weer een fikse regenbui.

Op de 2000m steeple werd Thierry Huberland/DCLA (M65) knap vijfde. Voor zijn vijf rondjes met waterbak had hij 8'22"41 nodig. Jean Francois Leemans/RCAS (M55) was erbij in de 10km op de weg. Het werd voor hem een 23ste stek in 59'06.

Wim De Pauw/ROBA (M50) kon zich in de 800m ondanks een beste seizoensprestatie van 2'14"84 niet plaatsen voor de finale.



Lucien Heyde en zijn Zuid-Koreaanse opponent
Foto Shaggysphotos

Guénaël Devillet/SER (M50) toonde zich op de 5000m (tiende in 18'02"41) en in de veldloop (achtste). Farid Indino/RFCL (M40) was ook goed voor één van de 38 noteringen in de top acht. Hij werd zevende in de 5000m in 16'51"43.

SPURT: ERWIN THIBAU, HUGO VERHAEGEN EN KRISTIN OPLINUS PAKKEN MEDAILLE

De mannen op de 100m mochten al meteen op de eerste dag aan de bak op het WK. Ali Lachkar/WS (M35) en Marc Besson/BRAB (M60) kropen in de startblokken. Voor beide spurters stopte het verhaal in de halve finale. Voor Lachkar volstond z'n 11"28 niet voor een plek bij de beste acht. Besson strandde op 2 honderdsten van de tweede stek die recht gaf op de finale doordat hij een concurrent naast zich niet had zien komen. Met 12"64 (wind -1.9m) kwam hij een fractie tekort. Door een hamstringblessure kende Besson geen ideale voorbereiding, maar de Deurnenaar geraakte tijdig fit voor het WK. In de 200m - niet zijn specialiteit nochtans - nam Besson op mooie wijze sportieve revanche. Hij behaalde er een knappe achtste plaats in 26"07 nadat hij in de reeksen echt wel indruk had gemaakt met 25"40, zijn snelste chrono in jaren.

Naast Besson startten er nog vier andere Belgen in de 200m. Vlaggendrager tijdens de openingsceremonie en nestor van de Belgische ploeg Hugo Verhaegen/AVLL (M75) schitterde met zilver in 30"27 terwijl Erwin Thibau/AVLO (M60) met 25"33 op de ondankbare vierde plek belandde. Voor Lachkar (22"83) was de halve finale opnieuw het eindstation. Net als voor Danny Van Cauwenbergh/BRAB (26"02).

In de 400m stootten zowel Europees indoor-



kampioen Thibau als Verhaegen zonder veel energieverlies door naar de finale. Thibau spurte in een, gezien de felle wind, sterke 56"96 naar brons. Verhaegen leek lange tijd op weg naar een medaille, maar viel in de laatste meters stil. Het werd een zure vierde plaats in 1'11"21. Bij de vrouwen verdedigde Kristien Oplinus/FLAC (W70) de nationale eer op de spurt. En hoe! In de 100m spurte ze tot haar eigen verbazing naar het zilver in 16"10. Een nieuwe stunt in de sterk bezette 200m zat er niet in. Maar ze werd vijfde in de finale in 34"80 nadat ze in de halve eindstrijd 34"25 op het bord had gezet. Bij Nathalie De Clercq/BRAB (W35) stopte het spurtavontuur in de halve finale van de 100m. Haar tijd: 16"35.

SPRING & MEERKAMP: ANNE-CATHERINE CLEMENT HINKSTAP-ZILVER

Traditiegetrouw zijn de springers en springsters ietwat ondervertegenwoordigd bij de masters. Blessurerisico speelt daar een rol in. Toch scoorde België ook één medaille in de springnummers. Ik het hinkstap kaapte Anne-Catherine Clement/DAMP (W50) het zilver weg met 9m25.

De twee tienkampers Sam Michels/AVT (M60) en Valéry Evrard/SER (M50) hadden het niet onder de markt in het Zuid-Koreaanse klimaat. Veel van truitje wisselen was de boodschap. Soms waren de prestaties wat wisselvallig. Op dag 1 wist Sam Michels drie SB's op het bord te toveren: 8m78 met de kogel, 1m30 in het hoog en 1'05"66 op de 400m. Op de tweede dag ging hij door op z'n elan met nog enkele mooie prestaties waaronder een 32m52 in het speer. Hij 'tienkampte' 4.883 punten bij elkaar en eindigde zesde. Valéry Evrard legde veel regelmaat aan de dag. Enkele van zijn betere proeven waren het ver (5m21) en het kogel (10m38). Het eindverdict: achtste met 5.144 punten.

WERP: ALAIN GUILLAUME WERELDKAMPIOEN MET EX AEQUO

De eerste medaille die in het Belgische mandje belandde stond op het conto van Frédéric Vanhollebeke/RIWA (M50). Hij prikte z'n speer 45m89 ver en dat leverde hem het brons op. Jessie Desmet/DAC (W40) wilde niet achterblijven. Op het juiste moment produceerde ze in het kogelstoten een beste seizoensprestatie van 12m89. Goed voor brons. Minder geluk in het discus. Daar moest ze vrede nemen met de vierde plaats ondanks een prima prestatie van 37m41. Robert Wastyn/BVAC had ook reden om te balen. Met z'n 12m45 strandde hij op de ondankbare vierde plaats in het kogel.



In de spannende werpvijfkamp verbaasde **Ingrid Vos** zichzelf/ACW (W55) met een onverhoopte zilveren medaille. Haar werpreeksje mocht er wezen: 35m10 met de hamer, 8m51 met de kogel, 25m63 met de discus, 22m11 met de speer en 11m01 met het gewicht. Ze totaliseerde 2.954 punten. De 59-jarige Waaslandse werpster, die wat afgeremd werd door ziekte, deed het ook prima in enkele individuele werpproeven: vijfde in het hamerslingeren met 35m11 en vijfde in het gewichtwerpen met 11m15.

In dezelfde leeftijdscategorie werd **Patricia Van Delsen**/RCG achtste in de werpvijfkamp met 2.465 punten. Ze eindigde in het gewichtwerpen slechts op 5cm van Vos op de zesde plaats. Het hamer is ook een proef die Van Delsen erg goed ligt. Ze slingerde haar tuig 33m10 ver en werd daarmee zevende. **Miriam Keulemans**/RAM was de derde Belgische werpster bij de W55. 23m68 (13de) was haar resultaat in het hamer.

Maar dé werpprestatie van het kampioenschap kwam van **Alain Guillaume**/BBS met een stevige stoot van 15m93. Hij eindigde ex aequo met een Griek, maar een betere tweede prestatie (15m82) gaf de doorslag voor het goud. De Griek toonde zich geen sportieve verliezer en claimde dat hij een betere tweede beurt, had, maar de jury ging daar uiteraard niet in mee. Een dik verdiende wereldtitel voor de beresterke Waal die dit seizoen het BR in z'n categorie verbeterde tot 16m45. **Frédéric Allard**/DAMP (M50) mocht het Belgische titelfeestje van dichtbij meemaken. In dezelfde wedstrijd belandde hij op de achtste plaats met 10m83. Voor Sam Michels lag de focus vooral op de tienkamp, maar hij pikte ook het speer mee. Hij pikte z'n tuig 33m46 ver en dat was goed voor de 11de plaats.

De sfeer in het Belgische kamp was twee



Kristien Oplinus (0319)
Foto Organisatie

weken lang opperbst. De Belgen verbroederden ook met de buitenlanders, met wie al gesmeed werden voor Breda 2028. De twee teamleaders Marc Besson en Sam Michels kweten zich prima van hun taak. Traditiegetrouw koppelden veel masters aan het kampioenschap nog een fijne vakantie. Voor de meesten werd het een onvergetelijk avontuur.

REACTIES

Lucien Heyde/ACME-M70 (goud veldloop, zilver 800m, zilver 1500m, zilver 5000m):

"Eerlijk gezegd had ik wel een goed kampioenschap verwacht. Ik was heel goed voorbereid en ik wist dat ik goed zat. Op basis van de tijden was het gerechtvaardigd om te geloven dat ik op alle proeven een medaille kon halen. Ik ben uiteindelijk gestoten op een supersterke Zuid-Koreaan. We staken met z'n tweeën ver boven de

rest uit. Natuurlijk ben ik heel blij met de mooie oogst, al heeft het klimaat me zeker parten gespeeld. Ik was telkens al drijfnat voor de race begon. De 5000 meter liepen we in 32 graden en dat had een impact op mijn prestaties en op de dash. Het was telkens nipt tegen de Zuid-Koreaan. In de 5000 meter ging ik aan in de laatste 200 meter, maar in de laatste 30 meter ging hij me nog nipt voorbij. Het verschil bedroeg slechts 78 honderdsten.

Na de cross was de ontlading dan ook heel groot. Ik had me al een paar keer in de luren laten leggen. De Zuid-Koreaan had een heel korte, snelle eindsprint in huis. Daarom heb ik mijn tactiek aangepast. Ik probeer de tegenstanders altijd te lezen. In de cross had ik dan eindelijk de formule gevonden: ik ben van heel ver aangegaan en uiteindelijk is hij gekraakt. Maar er was veel vriendschap en respect voor elkaar. Het was een mooi kampioenschap met veel nieuwe internationale vriendschappen. In de wedstrijden is het vaak keihard, maar na afloop is er altijd een goede verstandhouding en kameraadschap. Ik heb echt een geweldig jaar achter de rug met een wereldrecord en een wereldtitel. Meer kan ik echt niet wensen."

Kristien Oplinus/FLAC-W70 (zilver 100m, vijfde 200m):

"Het was een superavontuur. Ik was negen dagen op voorhand afgereisd, samen met mijn zoon. We hebben er een onvergetelijke reis van gemaakt. Ik denk dat ik met de vierde of vijfde tijd stond ingeschreven op de 100m. Tot ieders verbazing liep ik er naar zilver. Dat terwijl ik absoluut niet mijn snelste tijd neerzette, maar dat gold ook voor de andere spurtsters. Eindelijk die eerste medaille op een WK! In 2022 werd ik net vierde. Daarna ben ik vier jaar lang



Wim De Pauw (achteraan)
Foto Shaggysphotos

Get
ready for
the **best**

Allianz 

Peter Genyn
Allianz Ambassador

Allianz 

Memorial
van darne



blijven hopen om gezond in Zuid-Korea te geraken. Met zilver eindigen, dat was echt boven alle verwachtingen.

Na de 100m liep ik nog de 200m. Daaraan deden een paar zeer sterke 400m-loopsters mee. De benen waren toen al redelijk vermoeid, maar ik ben toch heel blij met mijn vijfde plek. Ik had vierde kunnen eindigen, maar ik liet me nog ringeloren aan de finishlijn. Een podiumplaats zat er absoluut niet in. Daarvoor was de concurrentie te sterk.

Maar goed, een vierde plaats is nog altijd mooi.

Het was een mooi kampioenschap en ik heb geen last van blessures, wat héél belangrijk is. Nu even bekomen van de jetlag en dan sluit ik het zomerseizoen af op de internationale mastersmeeting in Turnhout op 26 september.”

Maar daar blijven we aan werken.

De kwaliteit op zo'n WK ligt zeer hoog. Als 58-jarige was het niet zo evident in de M55-categorie. Maar ik hou er een zeer goed gevoel aan over, omdat ik aanvankelijk niet gedacht had om voor de medailles te kunnen meestrijden. Na die eerste medaille op de 10km op de weg kon het eigenlijk al niet meer stuk.

De 1500m is niet mijn specialiteit, maar ik vind het fijn om te doen. Ik ben heel tevreden dat ik daar de finale haalde en zevende werd in een seizoensbeste. Over de 5000m was ik ook tevreden. Als ik de tijden van de atleten voor me zie, dan was die vijfde plaats het hoogst haalbare.

Ik ben een echte crosser, dus in de crosscountry heb ik alles uit de kast gehaald voor het brons. Het was loodzwaar: 8km in de vlakke zon, bij een zeer hoge luchtvochtigheidsgraad. Ze hebben me na de finish met de draagberrie weggevoerd, omdat ik compleet gedehydrateerd was. Lange tijd ging het nog goed, maar in de laatste 400m kreeg ik een enorme klopp van de hamer en ben ik compleet ingestort. Ik ben blij dat ik nog gefinisht ben...

Ik ben al in veel landen geweest voor internationale kampioenschappen, maar dit was toch een speciale belevenis. Vooral de taal maakte het moeilijk. Het leek soms wel alsof we op een andere planeet zaten. Maar het was een heel aangenaam avontuur met twee medailles.

Nu kijk ik al vooruit naar het WK indoor in Florida in het voorjaar. Natuurlijk kijk ik ook naar Breda. Al vrees ik dat het WK daar nog zal vallen enkele maanden voor mijn 60ste verjaardag. Afwachten.”



Ik heb in Zuid-Korea een heerlijk avontuur beleefd waar ik dankbaar op kan terugkijken. Na de competitie heb ik nog een beetje gereisd met mijn zoon. We hebben er nog een mooie moeder-zoonervaring van gemaakt.”

Hugo Verhaegen/AVLL (zilver 200m, vierde 400m):

“Ik ben teruggekeerd met een zeer goed gevoel. Na de halve finale hoopte ik wel op een medaille. Voor ons, Europeanen, waren de weersomstandigheden heel lastig. Zulk weer heb ik nog nooit eerder meegemaakt. Maar ik haalde toch die zilveren medaille. Daar ben ik heel fier op. De man die voor me finishte, was niet de minste. Hij is de wereldrecordhouder. Ik ben hem in het verleden al vaker tegengekomen.

Op de 400m ben ik misschien wat te onstuiwig gestart. Anders had daar ook zilver ingezet. Op het einde mistrapte ik me door de vermoeidheid, waardoor er nog twee atleten me passeerden. Ik viel veel sneller en harder stil dan normaal. Dat had wellicht met de weersomstandigheden te maken. In normale omstandigheden gebeurt dat niet.

Stefan Rens/ACHL (zilver 10km, zilver veldloop, vijfde 5000m, zevende 1500m):

“Het werden twee keer zilver. Intussen verzamelde ik in totaal acht internationale medailles: drie keer zilver en vijf keer brons. De gouden medaille ontbreekt nog.



Hugo Verhaegen
Foto archief (Johnny De Ceulaerde)

Ingrid Vos/ACW (zilver werpvijfkamp, vijfde gewichtwerpen, vijfde hamer):

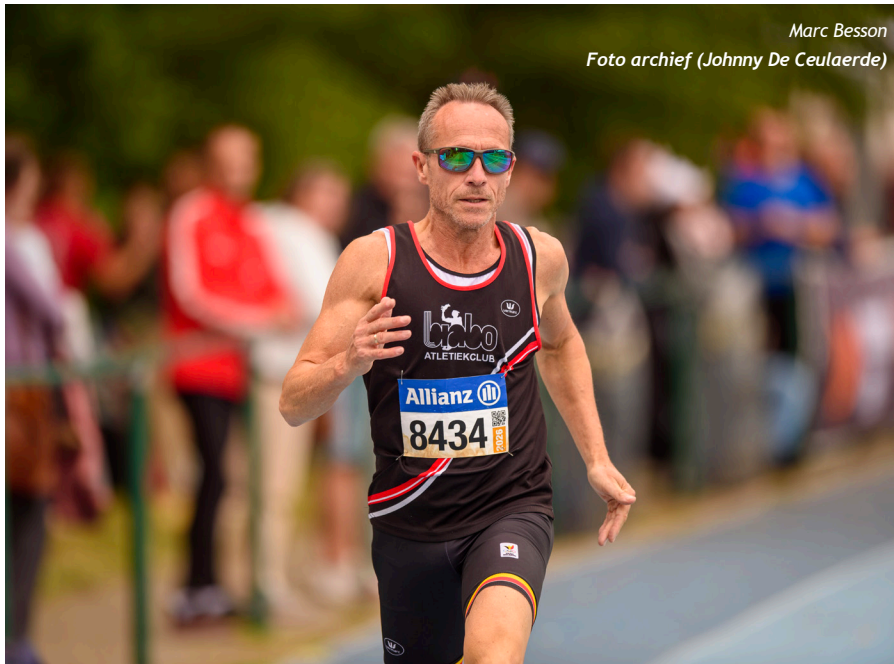
"Ik ben ziek aangekomen in Daegu. Daarom vatte ik de eerste competities meer op als training om de werpring te leren kennen en probeerde ik zoveel mogelijk binnen te blijven. Ik heb alles op de laatste wedstrijd gezet en dat was de werpvijfkamp. Dat is goed uitgedraaid.

Ik heb geprobeerd om me te amuseren. Niet naar de anderen te kijken, maar naar mezelf. Het was moeilijk om de tussenstanden te volgen, maar misschien was dat net goed. Dat zorgde voor een heel andere belevenis. De sfeer onder de werpvijfkampers was ook heel aangenaam.

Het kogelstoten en gewichtwerpen in de meerkamp waren eigenlijk niet zo goed. Ik wist dat ik desondanks nog kans maakte op een medaille, maar het zou nipt worden. Toen ik hoorde dat ik een medaille had, was ik zo blij! Mijn eerste medaille ooit op de werpvijfkamp. Bij het hamerslingeren en gewichtwerpen had ik eerder al wel een medaille gehaald, maar nog nooit in de werpvijfkamp.

Dan bleek zelfs dat het zilver was. Achteraf bleek zelfs dat ik met een deftige prestatie in het gewichtwerpen goud had kunnen winnen. Dat gevoel had ik ook wel, omdat ik op slechts 40 punten van goud zat. Maar in de eerste plaats ben ik heel blij met zilver.

De sfeer in Daegu was ook heel leuk in het internationale gezelschap. We hebben veel plezier gemaakt. Het was echt leuk. Dat zowel Patricia Van Delsen als ikzelf de top acht haalden in de sterk bezette competitie bij de W55 in het hamerslingeren, vond



Marc Besson

Foto archief (Johnny De Ceulaerde)

ik ook heel straf.

Binnenkort word ik 60 en dan kan ik nog eens gaan kijken naar de Belgische records in die nieuwe categorie."

Kevin Schauwaers/ACHL (zilver 5000m, zilver halve marathon, vierde 1500m):

"Het was een soort cultuurschok: de warmte, de hoge luchtvochtigheid, een vreemd land met andere gewoontes. Maar ik vond het een heel leuk avontuur.

Over de 1500m was ik wel een beetje ontgoocheld. De 1500m was niet mijn hoofdoel. Gaandeweg hoopte ik wel een medaille te halen en ik liep ook op niveau. Jammer dat het niet lukte.

De 5000m was voor mij de hoofdfocus. De wedstrijd ging best goed. De Keniaanse winnaar was veel te sterk. Daarom koos ik al snel voor mijn eigen tempo en probeerde ik te focussen op de overige medailles. In de laatste 2 kilometer heb ik in apocalyptische omstandigheden, tijdens een hevige regenbui, het verschil gemaakt.

Tegen de halve marathon was ik al redelijk vermoeid. De eerste vijf kilometer kon ik niet goed mee. Maar er waren blijkbaar veel atleten die zich opbliezen. Voor mij was het nog alles eruit halen wat erin zat. Ik had constant het gevoel dat ik op het randje van opgeven stond. Ondanks de vermoeidheid en het slechte gevoel werd het nog zilver.

Dit was mijn eerste masterskampioenschap en ik vond het super. De sfeer onder de Belgen was super. Het is allemaal net iets goedelijker dan bij de seniores. Iedereen was daar met een gedeelde passie en dat voelde je ook."

Erwin Thibau/AVLO (vierde 200m en brons 400m):

"De 200m is iets minder mijn ding, omdat ik daar te veel verlies bij het op gang komen. Mijn rechterheup blijft me parten spelen. Daardoor verlies ik in de eerste 30m te veel terrein. Het werd een ondankbare vierde plaats, maar er viel ook niet meer uit te halen.

Over de 400m was ik wel heel tevreden, dankzij de kiné die me goed had klaargestoomd. Op 1 september om exact 8.30 uur kroop ik in de startblokken. Normaal was dat altijd het moment waarop ik als



Erwin Thibau (l) en Lucien Heyde (r)
Foto organisatie

leerkracht aan mijn eerste les van het schooljaar begon. Een speciaal moment. Daar stond ik toch eventjes bij stil als net gepensioneerd leerkracht."

Het is jammer dat er in de 400m wat veel wind stond. Daardoor viel de tijd wat tegen. Ik had ook wat pech dat ik juist in baan 7 liep. Maar ik denk niet dat er qua plaats meer had ingezeten.

De sfeer onder de Belgische en internationale masters is echt super op zo'n WK. Ik schrik ervan hoeveel buitenlandse masters me daar kennen. Zolang het lichaam het nog toelaat, doe ik voort.

Op mijn 53ste heb ik nog een achillespeesoperatie ondergaan. Toen vreesde ik nog voor het einde van mijn carrière, en kijk nu. Die operatie bleek achteraf de beste keuze. Alles wat er sindsdien nog is bijgekomen, beschouw ik als bonus.

Vroeger kon ik niet altijd deelnemen aan internationale kampioenschappen, omdat die vaak in de schoolperiode in september vielen. Ik ben nu al aan het overwegen om misschien toch naar het WK indoor in Florida te gaan. Maar ik ga eerst afwachten hoe het indoorseizoen loopt.

Ik heb het geluk dat ik bij AVLO in een heel goede trainingsgroep zit met andere spursers. Dat maakt de trainingen heel aangenaam."

Jessie Desmet/DAC (brons kogelstoten, vierde discuswerpen):

"Het was eerst en vooral heel erg warm en vochtig qua klimaat. Ik vond het een heel fijne competitie en ik heb er een mooie reeks worpen neergezet. Daar mag ik heel

TOP 8 RESULTS WMAC DAEGU

BELGIAN PARTICIPANTS

ATHLETE	CLUB	CAT.	EVENT	RESULT	PLAC
Sandrine Host	SER	W50	1500	4:46.07	GOLD
Sandrine Host	SER	W50	5000	19:15.72	GOLD
Sandrine Host	SER	W50	8 km cross	29.44	GOLD
Lucien Heyde	ACME	M70	6 km cross	24.52	GOLD
Alain Guillaume	BBS	M50	Shot Put	15m93	GOLD
Kristien Oplinus	FLAC	W70	100	16.10	SILVER
Hugo Verhaegen	AVLL	M75	200	30.27	SILVER
Lucien Heyde	ACME	M70	800	2:32.43	SILVER
Lucien Heyde	ACME	M70	1500	5:13.50	SILVER
Lucien Heyde	ACME	M70	5000	19:12.39	SILVER
Kevin Schauwaers	ACHL	M40	5000	15:07.93	SILVER
Kevin Schauwaers	ACHL	M40	1/2 Marathon	1:09.36	SILVER
Anne-Catherine Clement	DAMP	W50	Triple Jump	9m25	SILVER
Ingrid Vos	ACW	W55	Throws Pentathlon	2954 PT	SILVER
Erwin Thibau	AVLO	M60	400	56.96	BRONZE
Stefan Rens	ACHL	M55	8 km cross	29.35	BRONZE
Stefan Rens	ACHL	M55	10km Road Race	36:25	BRONZE
Jessie Desmet	DAC	W40	Shot Put	12m89	BRONZE
Frederic Vanhollebeke	RIWA	M50	Javelin Throw	45m89	BRONZE

ATHLETE	CLUB	CAT.	EVENT	RESULT	PLAC
Erwin Thibau	AVLO	M60	200	25.33	4th
Hugo Verhaegen	AVLL	M75	400	1:11.21	4th
Kevin Schauwaers	ACHL	M40	1500	4:03.21	4th
Jessie Desmet	DAC	W40	Discus Throw	37m41	4th
Robert Wastyn	BVAC	M60	Shot Put	12m45	4th
Stefan Rens	ACHL	M55	5000	17:15.29	5th
Thierry Huberland	DCLA	M65	2000 ST	8:22.41	5th
Ingrid Vos	ACW	W55	Hammer Throw	35m11	5th
Ingrid Vos	ACW	W55	Weight Throw	11m15	5th
Sam Michels	AVT	M60	Decathlon	4883 PT	6th
Patricia Van Delsen	RCG	W55	Weight Throw	11m10	6th
Stefan Rens	ACHL	M55	1500	4:39.23	7th
Farid Indiro	RFCL	M40	5000	16:51.43	7th
Patricia Van Delsen	RCG	W55	Hammer Throw	33m10	7th
Marc Besson	BRAB	M60	200	26.07	8th
Guenael Devillet	SER	M50	8 km cross	30.42	8th
Valery Evnard	SER	M50	Decathlon	5144 PT	8th
Frederic Allard	DAMP	M50	Shot Put	10m83	8th
Patricia Van Delsen	RCG	W55	Throws Pentathlon	2465 PT	8th

Overzicht top 8
WMAC DAEGU - Top 8

tevreden mee zijn. Ik verbeterde zelfs mijn persoonlijk record outdoor overall. Dat kwam natuurlijk op een heel goed moment. Heel fijn om dat net op het WK te kunnen doen.

Tussen het BK masters en het KVV masters kende ik eventjes een mindere periode door een kleine blessure aan de elleboog. Maar op het KVV voelde ik dat het al een stuk beter liep en dat gaf me veel vertrouwen enkele weken voor het WK.

Nadat ik al deelnam in Torun en Madeira, wist ik al een beetje wat ik kon verwachten. Dat ik dan net in vorm was, gaf zeker een boost.

De dag voordien nam ik ook deel aan het discuswerpen. De vierde plaats was daar

het hoogst haalbare. De top drie gooide voorbij de 40m en dat zat er voor mij niet in. Mijn laatste poging was nog een heel verre nul, maar zelfs dat had niet volstaan voor brons.

Het is heel leuk bij de masters. Het begon voor mij met het EK in Madeira, waar ik gewoon aan deelnam onder vrienden. Dan volgde Torun en nu dus het WK. Dit smaakt zeker naar meer.

Als seizoensafsluiter maakte ik pas nog een zijsprongetje naar de werpvijfkamp en ik heb me ook laten overhalen om het BK hamerslingeren en gewichtwerpen mee te pikken. Totaal iets anders dan wat ik gewend ben, maar wel leuk om het seizoen af te sluiten."

TEKST: Bart Spruijt

Atletiek Vlaanderen vzw
@letieklevens 29 - Woensdag 23 september

FOTO'S: Shaggysphotos, organisatie, archief,
Johnny De Ceulaerde
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.



COVER Sandrine Host
FOTO Shaggysphotos