

@LETIEKLEVEN

WK INDOOR



WK INDOOR: ESTAFETTEPLOEGEN EN ELIOTT CRESTAN BEZORGEN BELGIË DRIE MEDAILLES

Het WK indoor in Torun gaat de boeken in als het op één na meest succesvolle ooit voor de Belgen. De medailleoogst van één gouden en twee zilveren exemplaren, werd door maar zeven landen overtroffen. De trotse eigenaars van dit nieuw ertmetaal kunnen hun collectie weer wat uitbreiden, want het was niet voor het eerst dat de aflossingsploegen en Eliott Crestan het podium van een groot kampioenschap op mochten.

In de reeksen van de 400m maakte **Helena Ponette/HCO** haar opwachting. Vanuit baan drie had ze moeite om zich goed te positioneren bij het binnenkomen en dat maakte ze in de slotronde niet meer goed. Met 52"34 zat Ponette haar individueel toernooi er op. **Jochem Vermeulen/AVLL** en **Pieter Sisk/DCLA** liepen eveneens vast op de reeksen. Ze kregen allebei een relatief trage aanvangsfase voorgeschoteld op de 1500m waardoor alles aankwam op de laatste ronde. Daar misten zowel Sisk als Vermeulen een snedig eindschot. Vermeulen kwam als vijfde binnen in 3'44"55, Sisk werd zesde in 3'42"45 waarmee het WK er voor beiden opzat.

EERSTE WKI-GOUD VOOR BELGIAN WAFFLES

Op dag twee was het uitkijken naar de rechtstreekse finale van de mixed 4x400m, een discipline die voor het eerst deel uitmaakte van een WK indoor. De Belgian Waffles rekenden op **Jonathan Sacoor/OEH**, **Ilana Hanssens/ASVO**, **Julien Watrin/DAMP** en **Helena Ponette/HCO**. Sacoor kende een vliegende start en dat bleek letterlijk goud waard. Wanneer hij het stokje al aan Hanssens had overhandigd, gingen de tegenstanders iets verderop tegen de grond. Hanssens deed het goed en wisselde als eerste met Watrin. Ook hij zag niemand meer terugkomen waardoor Ponette, die op frustraties liep door het missen van haar individuele halve finale, het makkelijk kon afmaken. Ze mocht na 3'15"60 de handen

077



Simon Verherstraeten
Foto Belga

België heeft er een goed WK indoor opzitten. De acht individuele atleten en twee aflossingsploegen die naar het Poolse Torun afzakten, namen maandag drie medailles mee naar huis. Over alle jaren heen staat de nationale teller daarmee op zeventien medailles. Waarvan er acht stuks de laatste drie edities (Glasgow 2024, Nanjing 2025 en Torun 2026) uit de bus vielen.

VERHERSTRAETEN EERSTE FINALIST OP 60M SINDS 1987

Op die eerste plak was het tot zaterdag wachten, want op de openingsdag van het WK bestond het programma grotendeels uit reeksen. De man van de dag was zonder meer **Simon Verherstraeten/AVLL**. Nog nooit eerder stond de sprinter individueel op een internationaal kampioenschap, maar in Torun walste Verherstraeten door de verschillende rondes van de 60m. Hij mocht bij zijn WK-debuut meteen de eindstrijd aangaan, iets wat sinds 1987 geen enkele andere landgenoot meer gelukt was op de 60m, en kon daar zonder druk in de blokken kruipen. Jammer genoeg zat zijn finale

er na twintig meter al op. Verherstraeten kreeg af te rekenen met hevige krampen in de benen en haalde de finish niet.



Podium 4x400m mixed met België (midden), Spanje (links) en Polen (rechts)

Foto Belga

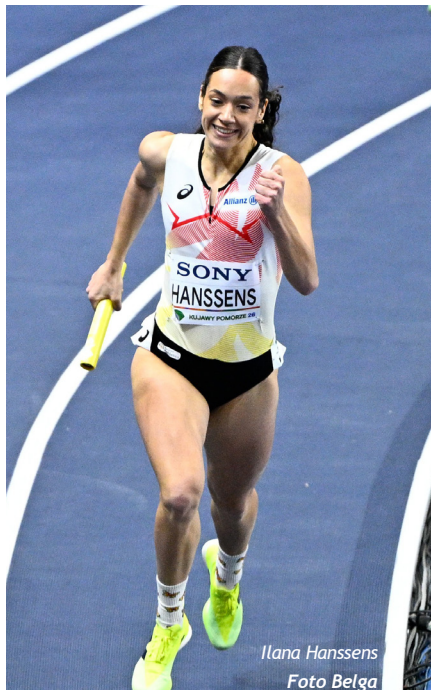
in de lucht steken. De Belgian Waffles zijn zo de allereerste wereldindoorkampioenen op dit nummer en zetten de snelste tijd ooit neer. Van een wereldrecord is echter geen sprake. Daarvoor moet er eerst sneller gelopen worden dan 3'12"44.

De zevenkamp van **Jente Hauttekeete/KAAG** viel op zaterdag ook in zijn plooi. De 24-jarige atleet kwam op dag één goed voor de dag op de 60m (6"99) en het kogelstoten (15m34). In de springnummers had Hauttekeete net iets meer moeite om zijn beste vorm boven te halen. Met 7m15 in het verspringen en 1m99 in het hoogspringen ging de atleet als zesde de nacht in. Na zijn 60m horden in 8"03 won hij één plaats, maar die moest hij opnieuw afgeven na het polsstokspringen waar hij 'maar' 4m90 sprong. In de afsluitende 1000m perste Hauttekeete er nog alles uit met een seizoensbeste van 2'41"75 als resultaat. Zijn verhoopte top vijf was binnen dankzij een totaal van 6.049 punten.

Michael Obasuyi/OEH probeerde op de 60m horden zijn derde opeenvolgende finale op een WK indoor te bemachtigen. Ondanks een mindere start, kwam Obasuyi nooit echt in moeilijkheden tijdens de reeksen. In de halve finales werd zijn foutje op de eerste horde dan weer wel genadeloos afgestraft. Hij werd zesde in de wedstrijd met 7"62 en was daarmee uitgeschakeld.

DUBBEL ZILVER

De slotdag had nog heel wat medaillekanalen in petto. **Eliott Crestan/SMAC** ging in de



Ilana Hanssens
Foto Belga

800m-finale namelijk als topfavoriet van start. In de reeksen en halve finale leidde Crestan telkens van begin tot einde de dans. In de finale wilde de vicewereldkampioen van 2025 dezelfde tactiek uitrollen. De eerste twee ronden verliep zijn plannetje perfect, maar in het tweede wedstrijd-deel stak een 17-jarige Amerikaan stokken in de wielen. Hoewel Crestan het hem tot op het einde nog knap lastig maakte, was het uiteindelijk niet onze landgenoot die als eerste over de finish kwam. Met 1'44"38 is het net als op het WK en EK indoor van vorig jaar opnieuw zilver voor hem.



Christian Iguacel
Foto Belga

Hoewel ze heel graag een derde wereldindoor-titel op hun palmares hadden geschreven, werd het uiteindelijk toch een zilveren medaille voor de Belgian Tornados. Sacoor, die net als Watrin rust had gekregen in de reeksen en vanaf de zijlijn moesten toekijken hoe **Robin Vanderbemden/SER** en **Dylan Borlée/OEH** het uitstekend deden, lanceerde de ploeg in de finale wederom uitstekend. Hij stuurde **Christian Iguacel/AVLL** in eerste positie op pad. Iguacel moest die eerste plaats afgeven aan Amerika alvorens de stok aan Watrin te overhandigen. De DAMP-atleet kon ondanks een sterke 400m die eerste plaats niet meer heroveren. Ook **Alexander Doom/AVR** kon het gaatje niet meer dichten. Hij rondde de zilveren koers wel knap af in 3'03"29. Het is al de zesde keer dat de Belgian Tornados een medaille pakken op dit kampioenschap.

Tot slot werkte **Yanla Ndjip-Nyemeck/RESC** nog haar tweede WK indoor af. De gedeelde Belgische recordhoudster op de 60 en 100m horden was op papier zeker niet kansloos voor de finale, maar daarvoor zouden alle puzzelstukjes op het juiste moment moeten samenvallen. Haar 7"93 uit de reeksen, één honderdste boven het BR dat ze deelt met Eline Berings, sterkte het vertrouwen dat het mogelijk was. Tijdens de opwarming ondervond Ndjip-Nyemeck echter last van de adductoren. Desondanks dook ze nog steeds onder de acht seconden, maar met 7"99 was ze niet snel genoeg om een finaleplaats af te dwingen.



Eliott Crestan
Foto Belga

KLAAR VOOR DE START? AF!

Ga op een hoogtetraining in St. Moritz, de locatie waar ook de elite atleten van Atletiek Vlaanderen zich voorbereiden!

Nu: 5% korting voor leden van AV naar St. Moritz *



Scan de QR-code voor meer info
intersocgroepsvakanties.be/atletiekvlaanderen



* Niet combineerbaar met andere kortingen, behalve de CM-ledenkorting

REACTIES

Helena Ponette/HCO (3de in 52"34 reeksen 400m en GOUD met Belgian Waffles):

"Ik heb het op mijn individuele wedstrijd tactisch minder goed aangepakt voor de ervaring die ik over de jaren al heb opgebouwd. Doordat ik vanuit baan drie moest starten, wist ik dat er gevaar was bij het naar binnen komen. Het was zaak om voor de anderen te zijn, of goed te anticiperen. Ik ben blijven doorlopen in de hoop ervoor te geraken, maar dat is niet gelukt en ik moest vol in de rem. Op het einde kwam ik dan net te kort. Frustrerend, want met de vorm die ik heb had ik zeker een seconde sneller gekund. Ik ben niet tevreden, maar die frustratie kwam van pas bij de aflossingen. Het was heel speciaal om met zo'n groot gat te mogen starten. Het maakte het wel een beetje stresserend omdat ik niet kon inschatten hoe ver ze waren en jagen is altijd net iets makkelijker dan de kop nemen. Iedereen heeft het echt fantastisch gedaan en wereldkampioen worden... het is heel speciaal."

Pieter Sisk/DCLA (6de in 3'42"45 reeksen 1500m):

"Ik had dit wedstrijdverloop voorspeld. Zo'n eerste trage 500m zou op mijn maat gemaakt moeten zijn, maar blijkbaar lukt het mij nog steeds niet. Ik weet ook niet waar het aan ligt en ik heb er geen excuses voor. Ik denk dat mijn positionering op zich goed was in de beginfase. Ik kon net iets meer krachten sparen. Daar kan ik het ook



niet op steken. Ik kom van de 800m waar ik 1'43 heb gelopen. Niemand uit mijn reeks kan dat en toch kan ik mijn snelheid niet uitspelen op kampioenschappen. Dit is heel frustrerend. We gaan dit serieus moeten analyseren. De Spanjaard die wel door is was helemaal niet zo'n goed seizoen aan het draaien. Hij is een goed voorbeeld van hoe atypisch een kampioenschap is op 1500m en waar we ook altijd op afgerekend worden van bovenaf. Je kan je er bijna niet op voorbereiden. Ik train om zo hard mogelijk te lopen. Op zo goed mogelijke tactische koersen lopen traint niemand."

Jochem Vermeulen/AVLL (5de in 3'44"55

reeksen 1500m):

"Ik mis de laatste punch, maar verder liep ik een tactisch vrijwel perfecte wedstrijd. Ik ben tevreden met hoe ik het vooropgestelde plan kon uitvoeren en kan mezelf weinig verwijten. Ik heb alles gegeven en er waren er nu eenmaal een paar net iets sterker. Het is natuurlijk zuur, want ik ben in vorm en had het graag afgemaakt voor mijn entourage thuis. Ik had het echter erger gevonden mocht ik onderweg keuzes gemaakt hebben waardoor ik in de slotronde veel verder had gezeten. Hierop kan ik verder bouwen. Het was een intense week qua emoties met de geboorte van mijn



zoontje en de belasting op mijn lichaam. Ik heb gelukkig een supergoede omgeving die wist dat dit het plan was en mij hierin steunde.”

Michael Obasuyi/OEH (6de in 7”62 halve finale 60mH):

“Ik weet niet goed wat er gebeurd is. Fysiek en mentaal was ik er klaar voor, maar op de eerste horde ging ik volledig de mist in en wist ik eigenlijk al dat het over was. Ik heb nog proberen te vechten tot op het einde, maar ik had een perfecte koers nodig om in de finale te komen. Het was leuk geweest als ik mijn PR had kunnen verbeteren, want dat zat zeker in de benen. Het had mij ook wat positieve energie richting de zomer kunnen geven. Dat was welgekommen, want sinds het WK in Tokio gaat het moeizamer. Trainen doe ik nog altijd graag, maar voor wedstrijden kan ik mij moeilijker opladen. De ‘waarom ik dit doe’ stel ik af en toe zeker in vraag.”

Jente Hauttekeete/KAAG (5de met 6.049 punten zevenkamp):

“Ik had vooraf gezegd dat ik voor een top vijf ging en dat is, ondanks enkele tegenslagen, gelukt. Omdat ik de derde prestatie in de wereld had, kwam ik met een gerust gevoel naar hier. Ik wou mij graag bewijzen en heb alles gegeven, maar ik laat jammer genoeg punten liggen op de springnummers. Het is voor mij nog wennen om op een groot kampioenschap de rust te vinden. Ik denk dat ik iets te veel nadenk of het allemaal iets te hard wil waardoor ik andere dingen begin te doen dan op training. Misschien moet ik met mijn sport-



De zes Belgian Tornados
Foto: Belga

psychologe hier toch eens een plan voor bedenken. Wat me wel tevredenstelde was de afsluitende 1000m. Het is één van mijn sterktes om tot het einde door te gaan en de tegenstand weet dat het met mij nooit gedaan is tot de laatste proef.”

Jonathan Sacoor/OEH (GOUD in 3’15”60 mixed 4x400m en ZILVER in 3’03”29 4x400m):

“Toen ik zag dat de meeste toplanden hun sterkste loper niet op één hadden gezet bij de mixed relay, wist ik dat ik daarvan moest profiteren. Ik heb mijn best gedaan om uit het pak te zitten en dat heeft geloond. De wedstrijd is daar gewonnen. Het was mooi om op zo en manier de wedstrijd te mogen winnen, want dat gebeurt niet alle dagen. Bij de Belgian Tornados heb ik hetzelfde

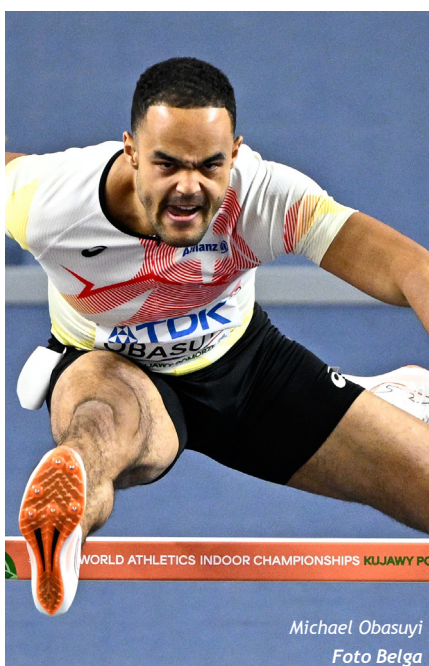
gedaan, maar nog een extra tandje bijgestoken. Gelukkig hadden de mannen mij in de reeksen een perfecte baan gegeven. Het zilver smaakt natuurlijk net iets anders dan het goud van de dag ervoor, maar het is nog altijd een medaille. En voor mij gaat het niet per sé om die plaats. Alles wat ik doe met die mannen voelt gewoon fantastisch. Ik ben zo trots op iedereen.”

Alexander Doom/AVR (ZILVER in 3’03”29 4x400m):

“In mijn hoofd dacht ik heel even dat goud nog mogelijk was toen ik vertrok. Niet veel later voelde ik dat het gaatje niet slonk en het toch niet ging gebeuren. De marge op de nummers drie en vier was groot, dus daar was ik gerust in. We hebben allemaal een goede koers gelopen, het maximale er-



Helena Ponette
Foto: Belga



Michael Obasuyi
Foto: Belga



Jente Hauttekeete
Foto: Belga

uit gehaald en waren uiteindelijk best of the rest. De triple was heel mooi geweest, maar het blijft een zilveren medaille. Het team is ook heel dynamisch en dat maakt het heel leuk. Ik heb dit seizoen vertrouwen getankt richting de zomer. Vorig jaar had ik geen enkele koers in de benen, maar nu is er een bredere basis gelegd voor het outdoorseizoen.”

Ilana Hanssens/ASVO (GOUD in 3'15"60 mixed 4x400m):

“Ik vond het superfijn. Sinds de World Relays en het WK in Tokio ken ik mijn team al veel beter en zij mij. Dat maakt dat ik op mijn gemak ben, zij doorhebben wanneer ik nerveus ben en mij kunnen geruststellen. Ik heb zeker kriebels gevoeld voor deze wedstrijd, maar heb die kunnen omzetten in iets positiefs. Na een goed en constant seizoen had ik ook het vertrouwen in mijzelf en mijn lichaam. Ik heb geprobeerd om niet te veel na te denken toen ik als eerste de stok kreeg. Ik had wel verwacht dat ze mij zouden komen ophalen omdat ik op papier niet de snelste was. Dat ik verder wegliep van hen moet ik nog even laten doordringen. Het is al sinds 2021, toen ik bij de jonge Cheetahs zat, mijn droom om door te groeien. Het is superfijn om van ‘baby Cheetah’ naar ‘volwassen Cheetah’ te kunnen gaan.”

Julien Watrin/DAMP (GOUD in 3'15"60 mixed 4x400m en ZILVER in 3'03"29 4x400m):

“Met de mixed relays hebben we het best mogelijke scenario afgewerkt. Wereldkam-



pioen, een kampioenschapsrecord... dat is ongelofelijk. We wisten door het verleden met de Belgian Tornados al wel dat het niet onmogelijk is om grote dingen op het mondiale toneel te doen. De manier waarop we het deden, met zoveel voorsprong, was echt schitterend. Ik ben supertevreden. Met de Belgian Tornados zijn we ook gestart om te winnen. We hebben allemaal heel hard ons best gedaan met een mooie chrono als uitkomst. Er was alleen één land net iets beter, maar het blijft een medaille op een WK. Ik ben hier zeker gelukkig mee.”

Simon Verherstraeten/AVLL (DNF finale 60m):

“Ik heb wat stijve kuiten, maar nu, een dag later, voel ik mij in orde. Ik ben niet geblesseerd en dat is het belangrijkste. In de opwarming voelde ik al licht iets in mijn kuiten. Ik heb me rustig proberen houden, maar trok toch met twijfels naar de finale. Bij de eerste stappen moet je zoveel kracht zetten en was het direct gedaan. Ik ben zeker teleurgesteld want ik denk dat achteraf gezien een vijfde plaats misschien wel mogelijk was. Het blijft zot dat ik die WK-finale heb gehaald en de mannen waar ik tussen stond. Dit geeft zeker een boost aan mijn vertrouwen. Hopelijk kan ik dit doortrekken richting het outdoorseizoen en op het EK in Birmingham proberen meedoen voor de medailles.”

Yanla Ndjip-Nyemeck/RESC (5de in 7"99 halve finale 60mH):

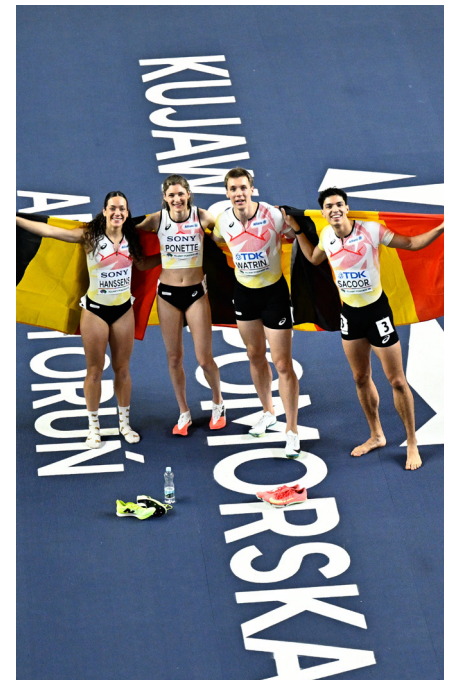
“Op het einde van mijn opwarming voelde ik al een lichte steek in mijn adductor. Behoorlijk frustrerend, want ik voelde mij goed. Het was moeilijk om er daarna weer in te komen, maar ik was vastbesloten om mijn uiterste best te doen. Ik denk dat ik een verbetering van het Belgische record zeker in de benen had, maar de last kroop dan weer in het hoofd, ook al had de medische staf mij duidelijk gemaakt dat ik het niet erger kon maken. Ik kijk desondanks zeker positief terug op mijn seizoen. Ik heb consistentie en vertrouwen gewonnen.”

Eliott Crestan/SMAC (ZILVER in 1'44"38 in finale 800m):

“Het plan was om opnieuw vooraan te zitten en zo een rustig tempo te kunnen oplossen. Ik voelde dat ze van achteruit het tempo probeerden op te voeren. De eerste aanval kon ik nog counteren. Maar toen er daarna nog een versnelling kwam, was ik verrast. Ik had misschien iets langer rustiger moeten blijven. Het is nog altijd een

WK en een medaille winnen is altijd leuk, al had ik graag ééntje met een gouden kleur rond mij nek gekregen. Vorig jaar was ik echt blij met zilver. Nu is het anders omdat ik als favoriet wist dat ik goud kon pakken. Het is al de derde keer dat ik door een Amerikaan geklopt word. Maar Lutkenhaus was echt wel indrukwekkend. Ik denk dat dit de toekomstige David Rudisha wordt.”

Jolien De Bock



COVER Belgian Waffles
FOTO Belga

Atletiek Vlaanderen vzw
@letieklevan 10 -Woensdag 25 maart 2026

FOTO'S: Belga
TEKST: Jolien De Bock

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.